

Министерство образования и науки Челябинской области  
Государственное бюджетное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Челябинский институт переподготовки и повышения  
квалификации работников образования»  
(ГБУ ДПО «ЧИППКРО»)

**Сенсомоторное развитие дошкольников в образовательном  
процессе ДОО**

методические рекомендации для педагогов дошкольных  
образовательных организаций

Челябинск

2022

УДК

ББК

**Сенсомоторное развитие дошкольников в образовательном процессе ДОО:** методические рекомендации для педагогов дошкольных образовательных организаций/ Составители Н.Б. Федяшова, И.Ю. Матюшина, С.Н. Обухова. – Челябинск: Изд-во ГБУ ДПО ЧИППКРО - 2022. – 120 с.

В методических рекомендациях подчеркивается актуальность проблемы сенсомоторного развития детей дошкольного возраста в условиях реализации ФГОС дошкольного образования. Представлены практические материалы: примеры образовательных ситуаций, отражающих интеграцию образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями; представлены дидактические материалы для проведения занятий по сенсомоторному развитию детей дошкольного возраста, карты педагогической диагностики. Предлагаются подвижные игры, общеразвивающие упражнения с предметами для включения в тематические образовательные ситуации. Методические рекомендации адресованы педагогам дошкольных образовательных организаций, могут быть использованы на курсах повышения квалификации педагогов ДОО.

Рецензенты:

И. В. Колосова, к.п.н., декан факультета дошкольного образования Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета

Н.Ю. Кийкова, к.п.н., заведующий кафедрой специального (коррекционного) образования ГБУ ДПО ЧИППКРО

## СОДЕРЖАНИЕ

	Введение	4
1.	Актуальность проблемы сенсомоторного развития детей дошкольного возраста в дошкольных образовательных организациях	10
2.	Особенности сенсомоторного развития детей дошкольного возраста	13
3.	Построение развивающей предметно-пространственной среды по сенсомоторному развитию детей в ДОО	22
4.	Примерные планы занятий по сенсомоторному развитию детей младшего дошкольного возраста	34
5.	Педагогическая диагностика сенсомоторного развития детей младшего и среднего дошкольного возраста в ДОО	109
6.	Список используемой литературы	112
	Приложения	113

## Введение

Анализ освоения содержания образовательной области «Физическое развитие» в Федеральном государственном стандарте дошкольного образования выявил проблемы у детей дошкольного возраста в развитии двигательных навыков: скованность и несогласованность движений, отсутствие четкой координации, слабое усвоение основных движений, нарушение их произвольности, недоразвитие мелкой моторики и зрительно-двигательной координации, и все это на фоне излишней возбудимости. Дети быстро устают, отличаются пониженной работоспособностью.

Создание условий для полноценной двигательной деятельности детей дошкольного возраста в ДОО и семье способствует формированию основных двигательных умений и навыков, повышению функциональных возможностей детского организма, развитию физических качеств и способностей, воспитанию интереса к разным занятиям по физической культуре.

Следует отметить, что одной из причин резкого ухудшения здоровья подрастающего поколения по мнению С.Б. Шармановой, В.П. Озерова, А.А. Горелова является несовершенство и низкий статус сложившейся системы физического воспитания детей, в основе которой отсутствует принцип единства психического и физического развития. В соответствии с точкой зрения Л.П.Матвеева, Ю.М.Николаева физическое развитие рассматривается лишь как средство оптимизации физического статуса человека в ущерб интеллектуальному и социально-психологическому развитию.

Однако, мы понимаем, что готовность ребенка к школе в значительной степени зависит от уровня его сенсомоторного развития.

Сенсомоторика (от лат. *sensus* – чувство, ощущение и *motor* – двигатель) — взаимokoординация сенсорных и моторных

компонентов деятельности. Получение сенсорной информации приводит к запуску тех или иных движений, которые, в свою очередь, служат для регуляции, контроля или коррекции сенсорной информации. Сенсомоторное развитие, с одной стороны, составляет фундамент общего познавательного развития ребенка и, в то же время, имеет самостоятельное значение, так как полноценное восприятие считается базовым для успешного освоения многими видами деятельности.

Сенсорное развитие ребенка – это развитие его восприятия и формирование представлений о внешних свойствах предметов: их форме, размере, цвете, положении в пространстве. Именно дошкольный возраст наиболее благоприятен для совершенствования деятельности органов чувств, накопления представлений об окружающем мире.

Многочисленные исследования свидетельствуют о первостепенной роли движений в становлении психических функций ребёнка (Л.С.Выготский, Ж.Пиаже, А.Валлон, М.М.Кольцова и др.) и наличии тесной связи между показателями физических и психических качеств у дошкольников (Г.А.Каданцева, А.С.Дворкин, Ю.К.Чернышенко, В.А.Баландин, Н.И.Дворкина, В.А.Пегов и др.). Установлено, что отставание в умственном развитии приводит к отставанию в развитии физических качеств (Н.Сладкова, О.В.Решетняк, Т.А.Банникова). Многими исследователями (Н.Т. Терехова, А.В. Запорожец, А.П. Ерастова) доказано положительное влияние активной двигательной деятельности на умственную работоспособность.

Развитие двигательной сферы дошкольников заключается в формировании сложнейших систем сенсорных коррекций (Н.А.Бернштейн), лежащих в основе любого двигательного акта, когда процесс выполнения двигательных действий требует постоянной регуляции центральной нервной системой неточностей и отклонений, возникающих по ходу реализации действий. Это обеспечивает участие высших психических

функций в процессе овладения двигательным действием, обеспечивая положительное влияние на познавательное развитие ребёнка.

Новизна и практическая значимость данного пособия заключается:

- в актуализации рассмотрения проблемы сенсомоторного развития детей дошкольного возраста;

- в определении комплекса методических приемов, активизирующих сенсомоторное развитие детей дошкольного возраста; развитие их самостоятельности и инициативы в двигательной деятельности;

- в демонстрации возможности использования разнообразных образовательных ресурсов, дидактических материалов, традиционного и нетрадиционного физкультурного оборудования для сенсомоторного развития детей дошкольного возраста.

Апробация методических рекомендаций, представленных в данном пособии, проводилась на базе МАДОУ «ДС № 453 г. Челябинска» с детьми дошкольного возраста. С учетом накопленного практического опыта педагогами разработан комплекс физкультурных занятий для дошкольников, способствующих развитию сенсомоторики или сенсомоторного интеллекта, так как этот возраст является главным для овладения основными двигательными действиями. Такие занятия проводились 2 раза в месяц в условиях физкультурного зала. Кроме того, в содержание каждого физкультурного занятия вводились игры и игровые упражнения, дыхательные упражнения, элементы логоритмики, самомассажа, обеспечивающие сенсомоторное развитие детей. В занятия включались упражнения для развития сенсомоторного интеллекта и физических качеств у детей, обращалось внимание на развитие у дошкольников умения владеть своим телом проявление самостоятельности, инициативности, двигательного творчества.

Занятия разрабатывались с учетом физиологических и психологических особенностей детей дошкольного возраста, уровня их знаний и двигательных умений.

Реализовывались следующие задачи:

- развитие общей и мелкой моторики,
- сенсомоторное развитие,
- формирование двигательного творчества,
- развитие двигательных умений,
- развитие физических качеств,
- формирование правильной осанки.

Подбирались упражнения для развития общей и мелкой моторики, направленные на отработку отдельных двигательных умений и физических качеств (силы, ловкости, координации, равновесия), на развитие свойств психики (внимания, сообразительности, ориентировки в пространстве, времени), на повышение функционального уровня системы организма (тренировка дыхательной, сердечно-сосудистой систем, активизации обменных процессов, формирования правильной осанки).

Развитие общей и мелкой моторики обеспечивалось использованием двух групп упражнений (Лебедева А. Н.). Первая группа упражнений позволяла повысить функциональное состояние систем организма дошкольников:

1. Дыхательные упражнения.
2. Стимулирующие упражнения (хлопки, самомассаж головы, ушных раковин, стоп, пальцев рук и т. д., пальчиковая гимнастика).
3. Упражнения, направленные на релаксацию детей и способствующие оптимизации их жизненного тонуса.
4. Работа с локальными мышечными движениями, направленными на формирование правильной осанки, укрепление мышечного корсета.
5. Повышение устойчивости, развитие «чувства опоры», развитие чувства равновесия и управления собственным телом.

6. Логоритмика, способствующая координации речевых сигналов и движений детей.

Вторая группа физических упражнений была направлена на коррекцию следующих недостатков при их выполнении: бедность, однотипность движений тела в пространстве, недостаточная координация и несформированность сенсомоторных координаций и пространственных представлений. Данные упражнения обеспечивают развитие чувства ритма, зрительной, тактильной и слуховой чувствительности, ловкости, внимания, используются упражнения с реакцией на сигнал.

Для выявления у воспитанников особенностей развития физических качеств и формирования двигательных навыков использовалась система мониторинга.

Эффективность занятий определялась по следующим показателям:

- общее оздоровление, укрепление организма, развитие двигательных умений и навыков, сознательное управление движениями, формирование правильной осанки;
- развитие физических качеств;
- формирование аналитического восприятия, совершенствование сенсорных представлений;
- развитие произвольного внимания, памяти, речи, мыслительных способностей;
- развитие организованности.

Вышеперечисленные упражнения включались в непрерывную непосредственно образовательную деятельность с использованием цифровых образовательных ресурсов. Наряду с развитием физических качеств детей дошкольного возраста в данных занятиях решались задачи развития восприятия формы, величины, цвета, пространства, движений, целостного образа предметов. Большое значение при проведении занятий имеет обучение детей способам обследования предметов: наложению, прикладыванию, группировке по цвету и форме,



последовательному осмотру, выполнению планомерных действий. Занятия проводились преимущественно в игровой форме и разрабатывались с учетом физиологических и психологических особенностей детей дошкольного возраста, уровня развития их сенсомоторного интеллекта и двигательных умений. Используемые игры и игровые упражнения подбирались в соответствии с направленностью на сенсомоторное развитие.

В результате реализации разработанного комплекса занятий у детей отмечалась положительная динамика в развитии общей и мелкой моторики, в развитии двигательных умений и физических качеств, сенсомоторного развития. Мы убедились в том, что прогресс функций мозга ребенка определяется прогрессом в развитии движений (М. М. Кольцова). Включение в образовательный процесс по физическому развитию упражнений, направленных на развитие познавательных процессов, речи и связанных с ней высших символических функций, не только способствует познавательному развитию детей, но и перестраивает, согласно выражению Л. С. Выготского, «саму моторику», переводя её на «новый и высший этаж» и обеспечивая быстрое, осмысленное запоминание и воспроизведение двигательных действий, умение самостоятельно принимать решение и действовать в условиях стремительно меняющейся обстановки, благодаря чему улучшается двигательное развитие детей.

## **Актуальность проблемы сенсомоторного развития детей дошкольного возраста на физкультурных занятиях в условиях реализации ФГОС дошкольного образования**

Сенсомоторика - это умение управлять движением и эмоциями, это согласованность зрения и движения, движения и слуха. Развитие моторики обеспечивает развитие других систем. Для того чтобы эффективно определять форму, объем и размер предмета, ребенок должен иметь хорошо развитые скоординированные движения мышц обеих рук, мышц глаз и мышц шеи. Именно эти три группы мышц обеспечивают функцию восприятия. Данные факты позволяют вести речь о единении процессов сенсорного и психомоторного развития детей. Итак, мы пришли к выводу, что сенсомоторика - это взаимокоординация сенсорных и моторных компонентов деятельности.

Чтобы взять предмет одной рукой, ребенок должен быть уже «моторно готовым» к этому. Если он не может схватить предмет, то не сможет и ощутить его. Только при бимануальном (двумя руками) ощупывании предмета происходит его пространственное изучение. Развитие моторики обеспечивает развитие других систем. Для того чтобы эффективно определять форму, объем и размер предмета, ребенок должен иметь хорошо развитые скоординированные движения мышц обеих рук, мышц глаз и мышц шеи. Таким образом, три группы мышц обеспечивают функцию восприятия. Данные факты позволяют вести речь о единении процессов сенсорного и психомоторного развития детей.

Итак, мы пришли к выводу, что сенсомоторика (от лат. *sensus* – чувство, ощущение и *motor* – двигатель) — это взаимокоординация сенсорных и моторных компонентов деятельности: получение сенсорной информации приводит к запуску тех или иных движений, а те, в свою очередь, служат для регуляции, контроля или коррекции сенсорной информации.

Психологическая наука и практика (В. Н. Аванесова, Э. Г. Пилюгина, Н. Н. Поддьяков, А. П. Усова, А. В. Запорожец, и др.) убедительно доказали, что знания, получаемые словесным путем и неподкрепленные чувственным опытом, неясны, неотчетливы и непрочны, порой весьма фантастичны, а это означает, что нормальное умственное развитие невозможно без опоры на полноценное восприятие.

Исходя из выше сказанного, для развития сенсомоторного интеллекта в дошкольном образовательном учреждении важно организовать развивающую предметно - пространственную среду, которая в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования должна соответствовать возрастным особенностям детей, быть содержательно – насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной, безопасной и самое главное - пронизана сенсорными ощущениями.

Целью для создания развивающей предметно - пространственной среды под девизом «Сенсомоторика вокруг нас», является развитие всех видов восприятия, перцептивных действий, внимания, логического и наглядно - образного мышления; формирование навыков общения со сверстниками; создание условий для реализации речевого, психического развития детей, а также эмоционально - положительного отношения к предметам и действиям с ними.

Сенсомоторное развитие детей дошкольного возраста на занятиях по физической культуре предполагает обогащение чувственного опыта ребенка через совершенствование работы всех видов анализаторов, поэтому посредством каждого центра или уголка группового пространства необходимо формировать, развивать и совершенствовать:

- зрительное восприятие;
- тактильно - двигательное восприятие;
- слуховое восприятие;
- восприятие пространственно - временных отношений;

- восприятие особых внешних и внутренних свойств предметов через развитие осязания, обоняния, барических ощущений, вкусовых качеств;

- мелкую и общую моторику, графомоторные навыки.

В своей работе мы использовали не только стандартное спортивное оборудование основных цветов, но и нетрадиционное: сенсорные мячи, массажные мячи и кольца, мягкие модули геометрических фигур, батуты, метацинболы, балансировочные диски, гимнастическое бревно, дидактический материал, звуковые дорожки. Оборудование имеет определённые свойства, используемые для оздоровительных, коррекционных и дидактических целей: ребенок учится ориентироваться и различать такие понятия как размер, цвет, упругость и др. Использование разнообразного оборудования обеспечивает также и эмоциональный настрой детей на выполнение физических упражнений.

Таким образом, познание окружающего мира ребенком начинается с восприятия предметов и явлений. Все другие формы познания окружающего мира – запоминание, мышление, воображение – строятся на основе образов восприятия, являются результатом их переработки, поэтому познавательное развитие невозможно без опоры на полноценное восприятие. Восприятие окружающей действительности и формирование представлений о внешних свойствах предметов: их форме, цвете, величине, положении в пространстве, а также запахе, вкусе и развитие моторной сферы составляют основу сенсомоторного развития дошкольника.

## **Особенности сенсомоторного развития детей дошкольного возраста**

Сегодня наблюдается явное противоречие между необходимостью использования педагогами технологий сенсомоторного развития дошкольников в образовательном процессе ДОО и недостаточной готовностью педагогов к реализации принципа интеграции содержания образовательных областей. В методическом пособии мы попытались соотнести такие понятия как «сенсомоторное развитие» и «сенсомоторный интеллект».

Онтогенетическое исследование сенсомоторных реакций позволяет раскрыть закономерности формирования целенаправленных движений на разных этапах развития ребенка, проанализировать становление механизмов и структуры его произвольных реакций.

А.В. Запорожец указывал, что в дошкольном возрасте восприятие превращается в особую познавательную деятельность.

Л.А. Венгер, в своих работах акцентирует внимание на том, что главными линиями развития восприятия дошкольника выступают освоение новых по содержанию, структуре и характеру обследовательских действий и освоение сенсорных эталонов.

Исследование З.М. Богуславской показало, что на протяжении дошкольного возраста игровое манипулирование предметами сменяется собственно обследовательскими действиями и превращается в целенаправленное опробование для уяснения назначения частей, их связи друг с другом, подвижности. Важнейшей отличительной особенностью восприятия детей 3-7 лет, по мнению автора, выступает тот факт, что, соединяя в себе опыт других видов ориентировочной деятельности, зрительное восприятие становится одним из ведущих. По мнению З.М. Богуславской, соотношения осязания

и зрения в процессе обследования предметов неоднозначны и зависят от новизны объекта и стоящей перед ребёнком задачи.

По описанию В.С. Мухиной, при предъявлении новых предметов детям, возникает длительный процесс ознакомления, сложная ориентировочно-исследовательская деятельность: дети берут предмет в руки, ощупывают, пробуют на вкус, сгибают, растягивают, стучат об стол и пр. Таким образом, они сначала знакомятся с предметом в целом, а затем, выделяют в нём отдельные свойства.

Г.А. Урунтаева выделяет три периода сенсомоторного развития. В младенчестве: высшие анализаторы (зрение, слух) опережают развитие руки, как органа осязания и органа движения, что обеспечивает формирование всех основных форм поведения ребенка, а значит, определяет ведущее значение в этом процессе.

Особенности сенсомоторного развития в младенческом возрасте:

- складывается акт рассматривания предметов;
- формируется хватание, приводя к развитию руки, как органа осязания и органа движения;
- устанавливаются зрительно-двигательные координации, что способствует переходу к манипулированию, в котором зрение управляет движением руки;
- устанавливаются дифференцированные взаимосвязи между зрительным восприятием предмета, действием с ним и его названием взрослым.

В раннем детстве - восприятие и зрительно-двигательные действия остаются очень несовершенными. Особенности сенсомоторного развития в раннем детстве:

- складывается новый тип внешних ориентировочных действий – примеривание, а позднее – зрительное соотнесение предметов по их признакам;

– возникает представление о свойствах предметов; освоение свойств предметов определяется их значимостью в практической деятельности.

В дошкольном возрасте – обследование – это особая познавательная деятельность, имеющая свои цели, задачи, средства и способы осуществления. Игровое манипулирование сменяется собственно обследовательскими действиями с предметом и превращается в целенаправленное его опробование для уяснения назначения его частей, их подвижности и связи друг с другом.

К старшему дошкольному возрасту обследование приобретает характер экспериментирования, обследовательских действий, последовательность которых определяется не внешними впечатлениями ребенка, а поставленной перед ними задачей, меняется характер ориентировочно-исследовательской деятельности. От внешних практических манипуляций с предметом дети переходят к ознакомлению с предметом на основе зрения и осязания. Важнейшей отличительной особенностью восприятия детей 3-7 лет выступает тот факт, что, соединяя в себе опыт других видов ориентировочной деятельности, зрительное восприятие становится одним из ведущих.

Дошкольный возраст является сенситивным периодом для развития способностей. Потери, допущенные в этот период, невозможны в полной мере в последующей жизни. Недостаточное сенсомоторное развитие детей раннего и дошкольного возраста приводит к возникновению различных трудностей в ходе дальнейшего обучения.

Значение сенсомоторного развития ребенка для его будущей жизни выдвигает перед теорией и практикой дошкольного воспитания задачу разработки и использования наиболее эффективных средств и методов сенсомоторного воспитания в детском саду. Задача детского сада – обеспечить наиболее полное развитие воспитанников с учетом возрастных

характеристик на этапе завершения дошкольного образования, подготовить их к обучению в школе. Уровень развития сенсомоторики – один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Обычно ребенок, имеющий высокий уровень развития сенсомоторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты память и внимание, связная речь. В дошкольном возрасте важно развить механизмы, необходимые для овладения письмом, создать условия для накопления ребенком сенсорного, двигательного и практического опыта, развития навыков ручной умелости.

Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют, что сенсомоторные реакции у здоровых детей старшего дошкольного возраста с нормальным уровнем интеллектуального развития имеют гендерные различия. Результаты современных исследований (О.Ю. Герасимова) позволяют сделать вывод о том, что у старших дошкольников с нормальным интеллектуальным развитием скорость переработки слуховой информации меньше, чем скорость переработки зрительных стимулов. У девочек все значения показателей времени реакции значительно больше, чем у мальчиков. Они допускают больше ошибок и фальстартов, что свидетельствует о более слабом развитии процесса различения и дифференцирования и значительно больших затруднениях при переключении и удержании произвольного внимания. Сила и подвижность нервных процессов у мальчиков несколько выше, чем у девочек (9).

Роль воспитателя в основном состоит в раскрытии детям тех сторон явлений, которые могут остаться незамеченными, выработке отношения детей к этим явлениям. Чтобы помочь малышу лучше овладеть своими движениями и сенсорными знаниями, важно создать активную подготовительную среду, способствующую развитию координации, совершенствованию двигательных навыков и освоению сенсорных эталонов. Многочисленные исследования (Л. А. Венгер, Э. Г. Пилюгина и



др.) показывают, что прежде всего это действия с предметами (подбор предметов в пары и др.), продуктивные действия (простейшие постройки из кубиков и др.), упражнения и дидактические игры. В современной системе сенсомоторного воспитания определённое место отводится занятиям, которые проводятся в форме организованных дидактических игр. На занятиях такого рода сенсорные и двигательные задачи воспитатель ставит перед детьми в игровой форме, связывает с игрой. Развитие восприятий и представлений ребёнка, усвоение знаний и формирование умений происходит в ходе интересных игровых действий.

Народная мудрость создала дидактическую игру, которая является для дошкольника наиболее подходящей формой обучения. Богатые возможности для сенсорного развития и совершенствования ловкости рук таят в себе народные игрушки: башенки, матрёшки, неваляшки, разборные шары, яйца и многие другие. Играя, ребёнок приобретает умение действовать на основе различения формы, величины, цвета предметов, овладевает разнообразными новыми движениями, действиями. И всё это своеобразное обучение элементарным знаниями и умениям осуществляется в формах увлекательных, доступных ребёнку.

Игра – универсальный способ воспитания и обучения маленького ребёнка. Она приносит в жизнь ребёнка радость, интерес, уверенность в себе и своих возможностях. Почему акцент в выборе игр для детей стоит делать на сенсорные и моторные игры? Сенсомоторный уровень является базовым для дальнейшего развития высших психических функций: восприятия, памяти, внимания, воображения, мышления, речи.

*Сенсорные игры.* Эти игры дают опыт работы с самыми разнообразными материалами: песком, глиной, бумагой. Они способствуют развитию сенсорной системы: зрения, вкуса, обоняния, слуха, температурной чувствительности. Все органы,

данные нам природой, должны работать, а для этого им необходима «пища».

*Моторные игры* (бег, прыжки, лазание). Не всем родителям нравится, когда ребенок бегает по квартире, залезает на высокие предметы. Безусловно, прежде всего надо подумать о безопасности ребенка, но не стоит запрещать ему активно двигаться.

Задача педагогов в детских учреждениях заключается в организации игрового места для детей, насыщении его такими предметами, игрушками, играя с которыми малыш развивает движения, учится понимать их свойства – величину, форму, а затем цвет, так как правильно подобранный дидактический материал, игрушки привлекают внимание малыша к свойствам предметов. Гармоничность сочетания разнообразных форм, размеров, фактуры, цветовой гаммы предметов, естественные качества природных материалов не только позволяют детям освоить новые ощущения, но и создают особый эмоциональный настрой.

*Пальчиковые игры* являются очень важной частью развития сенсомоторных способностей. «Пальчиковые игры» — это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Педагог В. Сухомлинский писал: «Ум ребенка находится на кончиках его пальцев». Известный немецкий ученый Эммануил Кант называл руки видимой частью полушарий головного мозга. Мария Монтессори говорила, что каждое движение ребёнка — это ещё одна складочка в коре больших полушарий. Многие игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т.д. Трехлетние малыши осваивают игры, которые проводятся двумя руками, например, одна рука изображает домик, а другая — кошку, вбегающую в этот домик. Четырехлетние дошкольники могут играть в эти игры, используя несколько событий, сменяющих друг друга. Более старшим детям можно предложить оформить игры

разнообразным реквизитом — мелкими предметами, домиками, шариками, кубиками и т. д.

Пальчиковые игры - это упражнения для улучшения подвижности пальцев, развитие их силы и гибкости и, как следствие, снижение физической усталости, массаж «активных точек» на пальцах и ладонях. Оптимальный вариант развития мелкой моторики – использование физкультминуток. Физкультминутка, как элемент двигательной активности предлагается детям для переключения на другой вид деятельности, повышения работоспособности, снятия нагрузки, связанной с сидением. Традиционно физкультминутки проводятся в сочетании движений с речью детей. Проговаривание стихов одновременно с движением обладают рядом преимуществ: речь как бы ритмизуется движениями, делается более громкой, чёткой, эмоциональной, а наличие рифмы положительно влияет на слуховое восприятие.

Для развития ручной умелости, а также детского творчества, артистизма у детей используются различные виды *инсценирования*, в которых принимают участие все дети. Игры, напоминающие театральные представления, требуют кропотливой совместной работы детей и взрослых: пальчиковый театр, «Театр рукавичек», театр теней и т.д. В этих инсценировках (где действуют пальцы и руки) большие возможности для развития ручной ловкости, движений кисти и пальцев рук, умелости, точности, выразительности движений и развития речи.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

1) методы словесной передачи и слухового восприятия (устное изложение, беседа, рассказ, чтение, объяснение);

2) метод наглядной передачи и зрительного восприятия (показ видео и мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ способа действия, работа по образцу и др.);

3) методы практической передачи и тактильного восприятия (трудовые действия, упражнения, опыты);

4) методы стимулирования мотивации к познавательной деятельности (создание ситуации занимательности, проблемные ситуации);

5) методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный (дети воспринимают и усваивают готовую информацию);

- репродуктивный (дети воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности);

- частично-поисковый (участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом);

- исследовательский (двигательное творчество).

6) методы, в основе которых лежит форма организации деятельности детей на занятиях:

- индивидуально-групповая – чередование индивидуальных и групповых форм работы;

- индивидуальная – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем;

- коллективная (фронтальная работа педагога сразу со всей группой в едином темпе и с общими задачами).

7) вербальные (вопросы, словесные игры, обсуждения, чтение литературы, малые фольклорные формы)

8) невербальные (мимические упражнения, пантомимика, пальчиковая и артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, физминутки и динамические паузы, игротренинг (методика игротренинга основана на системе игровых упражнений, которые тренируют способность быстро и активно концентрировать слуховое внимание и слуховую память, зрительное внимание и зрительную память, осязание и осязательную память, воображение и творческую фантазию, в форме тематической игры, в которую включены игры и упражнения на развитие у ребёнка сенсорных каналов

восприятия (слуха, зрения, ощущения, обоняния и осязания), либо в форме тренинга, с включением педагогических приемов по организации образовательного процесса, основанных на элементах невербального общения (язык жестов, мимики, звуковых сигналов).

Используя разнообразные методические подходы, способствующие максимальному развитию самостоятельности и творчества в физкультурной деятельности, помимо разнообразных методов, мы обратили внимание на целесообразность использования метода проектов. Являясь дидактической категорией, данный метод представляет собой способ решения цели через детальную разработку проблемы и достижение реального практического результата, который можно увидеть, осмыслить, применить. Метод проектов позволил наиболее полно развить у детей двигательное творчество. Создавая комплексы упражнений, подвижные и спортивные игры, в которых дети проявляют самостоятельность, креативность, успешно используют освоенные двигательные навыки и полученные знания. Однако, самое главное – они получают практический реальный результат своей деятельности.

Сенсорное развитие следует осуществлять в тесном единстве с психомоторным развитием. Следует помнить: все, что происходит в непосредственном окружении малыша, преобразуется в его душе. Чем больше дети познают, тем богаче будет их сенсорный опыт, тем легче и проще им будет развивать моторику, и всё это позволит легче учиться. Чтобы взять одной рукой предмет, ребенок должен быть уже моторно-готовым к этому. Если он не может схватить этот предмет, то не сможет и ощутить его. Значит, научим руки ребенка быть ловкими и умелыми, и он сможет ими познать многое и разное.

Особенности сенсомоторного развития детей в дошкольном возрасте:

– ведущими при ознакомлении с окружающим становятся зрительные восприятия;

- осваиваются сенсорные эталоны;
- возрастает целенаправленность, планомерность, управляемость, осознанность восприятия;
- интеллектуализируется восприятие с установлением взаимосвязи речи и мышления.

Сенсо - чувство, моторика - движение. Именно в дошкольном детстве у детей формируется образ «телесного Я», они начинают осознавать свое тело, учатся управлять им. Строить самого себя, проявлять способность к саморазвитию ребенок начинает с 3-х лет. На это время выпадают периоды интенсивного развития речи, сенсорики, социальной сферы, двигательной сферы. Удовлетворить детские потребности в любознательности, вовлечь в активное освоение окружающего мира, помочь овладеть способами познания – позволит специально организованная деятельность педагога дошкольного образовательного учреждения – специалиста в специально подготовленной развивающей предметно-пространственной среде.

### **Построение развивающей предметно-пространственной среды по сенсомоторному развитию детей в дошкольной образовательной организации**

В современных дошкольных образовательных организациях оборудованы комнаты сенсорного развития. Это окружение, которое состоит из различного рода стимуляторов (проекторы, световые трубки, фиброоптические волокна, сухие бассейны, мягкие покрытия, разгрузочные сиденья, генераторы запахов, специальная музыка и т.д.). Для ребенка дошкольного возраста - это маленький рай, где все журчит, звучит, переливается, манит, и воздействует на все органы чувств.

Наиболее эффективными являются те виды деятельности, которые выдвигают перед восприятием ребенка все более сложные задачи и создают условия, способствующие усвоению сенсорных эталонов.

Осваивая под руководством взрослых эталонные значения качеств на основе предшествующего собственного сенсорного опыта, ребенок поднимается на новый, более высокий уровень знаний — обобщенных, систематизированных.

Знание эталонов позволяет ребенку анализировать действительность, самостоятельно видеть знакомое в незнакомом и выделять особенности незнакомого, накапливать новый сенсорный и двигательный опыт. Ребенок становится более самостоятельным в познании и деятельности.

Сенсорные функции развиваются в тесной взаимосвязи с двигательными навыками, формируя целостную интегративную деятельность - сенсорно-моторное поведение, лежащее в основе развития интеллектуальной деятельности и речи.

*Таблица 1. Влияние предметного пространства на сенсомоторное развитие ребенка*

Предметное окружение	Влияние предметного пространства на сенсомоторное развитие ребенка		
	Развитие физических качеств	Снижение утомляемости и	Развитие самостоятельности, создание возможности не мешать другим
Использование многофункциональных, вариативных модулей	Развитие физических качеств	Снижение утомляемости и	Развитие самостоятельности, создание возможности не мешать другим
Разнообразное стационарное оборудование	Активизация движений	Разнообразие двигательной активности	Выработка динамических стереотипов

Дидактические игры и пособия по всем разделам программы в доступном месте	Развитие усидчивости	Увеличение двигательной нагрузки	Развитие импровизаций
Широкое использование в интерьере значков, моделей, символов, схем, планов, загадочных знаков и т.п.	Развитие концентрации внимания	Развитие психических процессов: восприятия, памяти, внимания, мышления, воображения	Развитие выносливости
«Лабиринтное» расположение мебели	Развитие координации движений	Развитие гибкости	Быстрота, гибкость освоения пространства

*Таблица 2. Примерный набор физкультурного оборудования для второй младшей группы*

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега и равновесия	Валик мягкий	Длина 150 см Диаметр 20 см	1
	Доска с ребристой поверхностью	Длина 200 см Ширина 20 см Высота 4 см	1
	Модуль "Змейка"	Длина 100 см Высота 15 см	2



	Коврик, дорожка массажные, со следочками		4
	Кольцо мягкое	Диаметр 120 см Высота 30 см Диаметр отверстия 60 см	1
	Куб деревянный	Ребро 20 см	5
	Обруч большой	Диаметр 95-100 см	1
Для прыжков	Куб деревянный	Ребро 20 см	5
	Мяч-попрыгунчик	Диаметр 50 см	2
	Обруч малый	Диаметр 50-55 см	5
	Шнур короткий	Длина 75 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	2
	Мяч резиновый	Диаметр 10 см	5
	Шар цветной (фибропластиковый)	Диаметр 20-25 см	2
Для ползания и лазанья	Лабиринт игровой		1
	Полукольцо мягкое	Диаметр 120 см Высота 30 см Диаметр 5-6 см	1
Для общеразвивающих упражнений	Колечко резиновое	Диаметр 5-6 см	10
	Лента цветная (короткая)	Длина 50 см	10
	Мяч массажный	Диаметр 8-10 см	10
	Обруч плоский	Диаметр 40 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	10
	Флажок		10

*Таблица 3. Примерный набор физкультурного оборудования для средней группы*

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	Коврик массажный	Длина 75 см, Ширина 70 см	10
	Шнур длинный	Длина 150-см, Диаметр 2 см	1
Для прыжков	Куб деревянный	Ребро 20 см	5
	Мяч-попрыгунчик	Диаметр 50 см	2
	Обруч плоский	Диаметр 40 см	3
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	10
	Скакалка короткая	Длина 120-150 см	3
Для катания, бросания, ловли	Кегли		5
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		1
	Шар цветной (фибро-пластиковый)	Диаметр 20-25 см	4
Для ползания и лазанья	Полукольцо мягкое	Диаметр 120 см, Высота 30 см, Диаметр 5-6 см	1
Для общеразвивающих упражнений	Колечко резиновое	Диаметр 5-6 см	10
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	10
	Мяч-шар (цветной, прозрачный)	Диаметр 10-12 см	5

	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	10
	Шнур короткий	Длина 75 см	10

*Таблица 4. Примерный набор физкультурного оборудования для старшей и подготовительной групп*

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир-волчок		1
	Коврик массажный со следочками		10
	Шнур короткий (плетеный)	Длина 75 см	5
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		3
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	5
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	2
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 350 г, 500 г, 1 кг	1
	Мяч-массажер		2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		2
Для	Комплект мягких		1

ползания и лазанья	модулей (6-8 сегментов)		
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		10
	Кольцо малое	Диаметр 13 см	10
	Лента короткая	Длина 50-60 см	10
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	10

*Таблица 5. Примерный набор оборудования для физкультурного зала*

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансиры разного типа		2
	Бревно гимнастическое напольное	Длина 240 см Ширина верхней поверхности 10 см Высота 15 см	2
	Доска гладкая с зацепами	Длина 250 см Ширина 20см Высота 3 см	2
	Доска с ребристой поверхностью	Длина 150 см Ширина 20 см Высота 3 см	2
	Дорожка-балансир (лестница веревочная напольная)	Длина 23 см Ширина 33 см Диаметр реек 5 см	1
	Дорожка-змейка	Длина 200 см	2

	(канат)	Диаметр 6 см	
	Коврик массажный	75 x 70 см	5
	Куб деревянный малый	Ребро 20 см	5
	Модуль мягкий (комплект из 6-8 сегментов)		3
	Скамейка гимнастическая	Длина 200-300 см Ширина 24 см Высота 25, 30, 40 см	3
Для прыжков	Батут детский	Диаметр 100-120 см	2
	Гимнастический набор: обручи, рейки, палки, подставки, зажимы		2
	Диск плоский	Диаметр 23 см Высота 3 см	10
	Дорожка-мат	Длина 180 см	1
	Козел гимнастический	Высота 65 см Длина 40 см Ширина 30 см	1
	Конус с отверстиями		10
	Мат гимнастический складной	Длина 200 см Ширина 100 см Высота 7 см	1
	Мат с разметками	Длина 190 см Ширина 138 см Высота 10 м	2
	Скакалка короткая	Длина 120-150 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		2
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	5
	Мишень навесная	Длина 60 см Ширина	2

		60 см Толщина 1,5 см	
	Мяч средний	10-12 см	10
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 0,5 кг, 1,0 кг	по 10
	Мяч для мини-баскетбола	18-20 см	5
	Мяч для массажа	Диаметр 6-7 см, 10 см	по 5
	Комплект для детских спортивных игр (сумка)		1
Для ползания и лазанья	Дуга большая	Высота 50 см, Ширина 50 см	5
	Дуга малая	Высота 30-40 см, Ширина 50 см	5
	Канат с узлами	Длина 230 см Диаметр 2,6 см Расст. между узлами 38 см	1
	Канат гладкий	270-300 см	2
	Лестница деревянная с зацепами	Длина 240 см, Ширина 40 см Диаметр перекладин 3 см Расст. между перекл. 22-25 см	1
	Лабиринт игровой (6 секций)		1
	Лестница веревочная	Длина 270-300 см Ширина 40 см Диаметр перекладин 3 см	2
Стенка гимнастическая деревянная	Высота 270 см Ширина пролета 75, 80, 90 см	1	
Для общеразв	Тренажеры простейшего типа:		По 10

Используемых упражнений	детские эспандеры, диск "Здоровье", гантели, гири		
	Кольцо плоское	Диаметр 18 см	10
	Кольцо мягкое	Диаметр 13 см	10
	Лента короткая	Длина 50-60 см	20
	Массажеры разные: "Колибри", мяч-массажер, "Кольцо"		По 5
	Мяч малый	6-8 см	10
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 0,3 кг,	10
	Обруч малый	Диаметр 54-60 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	10
	Ролик гимнастический		10
	Нестандартное оборудование	Сенсорные мячи, массажные мячи и кольца, мягкие модули геометрических фигур, батуты, метацинболы, балансировочные диски, гимнастическое бревно, дидактический материал, звуковые дорожки	

*Таблица 6. Примерные темы занятий по физическому развитию детей в рамках комплексно - тематического планирования образовательного процесса в ДОО*

Месяц	Недел я	Тема недели	Тема занятия по физическому развитию
Сентябрь	1	«До свидания, лето», «Здравствуй, детский сад»	«Здравствуй, детский сад. Здравствуй, группа»
	2	«Мой дом»	«Домашние животные. Котята»
	3	«Урожай»	«Мы собрали урожай»
	4	«Краски осени»	«Лес в жизни человека и животных»
Октябрь	1	«Животный мир»	«Домашние животные»
	2	«Я – человек»	«Веселый мяч»
	3	«Народная культура и традиции»	
	4	«Наш быт»	
Ноябрь	1	«Дружба»	«Воздушный шар»
	2	«Транспорт»	
	3	«Здоровей-ка»	
	4	«Кто как готовится к зиме»	
Декабрь	1	«Здравствуй, зимушка-зима!»	«Здравствуй, зимушка-зима!»
	2	«Город мастеров»	
	3	«Новогодний калейдоскоп»	«Зимние развлечения»
	4	«Новогодний калейдоскоп»	
Январь	1	Рождественские	«Зимние развлечения»



	2	каникулы	
	3	«В гостях у сказки»	«Колобок»
	4	«Этикет»	
Февраль	1	«Моя семья»	«Воздушный шар»
	2	«Азбука безопасности»	
	3	«Наши защитники»	
	4	«Маленькие исследователи»	«Веселые фигуры»
Март	1	«Женский день»	
	2	«Миром правит доброта»	
	3	«Быть здоровыми хотим»	
	4	«Весна шагает по планете»	
Апрель	1	«Цирк»	«Цирк»
	2	«Встречаем птиц»	
	3	«Космос» «Приведем в порядок планету»	
	4	«Волшебница вода»	
Май	1	«Праздник весны и труда»	
	2	«День победы»	
	3	«Мир природы»	
	4	«Вот мы какие стали большие»	«Юные Олимпийцы»

## Примерные планы занятий по сенсомоторному развитию детей младшего дошкольного возраста

*Цель занятий: развивать сенсомоторный интеллект и сенсомоторную координацию (зрительно-моторную, зрительно-вестибулярную, ритмическую) у детей дошкольного возраста средствами физической культуры.*

### **Тема занятия: «Здравствуй, детский сад. Здравствуй, группа»**

*Задачи:*

1. Формировать умение двигаться в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.
2. Развивать умение реагировать на сигнал.
3. Воспитывать у детей организованность, самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

*Оборудование:* нет.

*Подвижная игра: «Здравствуйте!»*

*Ход игры:* под ритмичную музыку дети двигаются по залу врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. По сигналу (остановка музыкального сопровождения) дети останавливаются и кивают головой – «здороваются».

*Усложнение:* дети громко произносят своё имя или здороваются за руку.

**ОРУ без предметов: «Здравствуйте!»**

1) «Здравствуйте, ручки».

И. П. – о. с.;

1-3 – вытянуть руки вперед, ладонями вверх, развернуть ладонями вниз – ладонями вверх, сказать: «Здравствуйте ручки»;

4 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

2) «Здравствуйте, плечи».

И. П. – о. с., руки на поясе;

1-2 – повернуть голову направо, посмотреть на плечо, сказать: «Здравствуйте, плечи», вернуться в И. П.;

3-4 – повернуть голову влево, посмотреть на левое плечо, сказать: «Здравствуйте, плечи», вернуться в И. П.

Дозировка – 3- 4 раза.

3) «Здравствуйте, коленки».

И. П. – о. с., руки на поясе;

1 – наклониться вниз, хлопнуть по коленям, сказать: «Здравствуйте, коленки»;

2 – вернуться в И. П.

Дозировка – 4 раза.

4) «Здравствуйте, ножки».

И. П. – о. с.;

1-2 – поставить правую ногу вперед на носок, сказать: «Здравствуй, ножка», вернуться в И. П.;

3-4 – поставить левую ногу вперед на носок, сказать: «Здравствуй, ножка», вернуться в И. П.

Дозировка – 3-4 раза.

### ***Тема занятия: «Домашние животные»***

*Задачи:*

1. Формировать пространственное ориентирование, развивать сенсорные координации, учить двигаться в прямом направлении.

2. Развивать умение реагировать на сигнал.

3. Воспитывать у детей желание выполнять имитационные движения.

*Оборудование: игрушка или атрибут для подвижной игры*

*«Пёс».*

*Подвижная игра: «Лохматый пес»*

*Ход игры:* дети встают рядом друг с другом на одной стороне зала, напротив них, на другой стороне расположился «пес» - игрушка. Воспитатель проговаривает стихотворение, дети в соответствии с текстом выполняют имитационные упражнения и продвигаются в прямом направлении к игрушке.

*Вот сидит лохматый пес* (Дети идут в прямом направлении к игрушке);

*В лапы свой, зажавши нос.* (Останавливаются, закрывают ладонями нос);

*Тихо, мирно он сопит:*

*Толи дремлет, то ли спит* (Изображают спящего пса);

*Подойдем к нему – разбудим* (Подходят ближе к игрушке, хлопают в ладоши).

*И посмотрим, что же будет*

Воспитатель берет игрушку в руки – «пес проснулся и лает», дети разворачиваются и убегают в прямом направлении к своему месту, в противоположной стороне зала.

*Усложнение:* «пес» догоняет ребят: воспитатель двигается с игрушкой за детьми, увеличивая темп бега, но не бежит за ними.

ОРУ без предметов: «Собачка»

1) «Ушки на макушке».

И. П. – о. с., кисти рук прижаты к голове, пальцы вместе;

1 – сгибаем кисти рук вперед;

2 – И. П.

Дозировка – 6 раз.

Выполняя упражнение, проговариваем:

*«У собачки ушки на макушке».*

2) «Поддай лапку».

И. П. – стойка на четвереньках;

1 – поднять вперед правую руку, «подай лапку»;

2 – вернуться в И. П.;

3-4 – то же, левую руку.

Дозировка – 3-4 раза.

3) «Отряхни лапку».

И. П. – стойка на четвереньках;

1 – поднять правую ногу, выпрямить, «отряхни лапку»;

2 – вернуться в И. П.;

3-4 – то же, левую ногу.

Дозировка – 3-4 раза.

4) «Помаши хвостиком».

И. П. – то же;

1-3 – активные движения тазобедренным суставом вправо-влево, смотреть вперед, голову не наклонять;

4 – отдохнуть.

Дозировка – 3-4 раза.

5) «Возьми лакомство».

И. П. – сед на коленях и пятках, руки опущены;

1 – выпрямиться на коленях, поднять руки вверх, хлопнуть в ладоши, «возьми лакомство»;

2 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

### ***Тема занятия: «Мы собрали урожай»***

*Задачи:*

1. Формировать пространственную ориентацию.

2. Развивать зрительное восприятие и сенсомоторную координацию при ознакомлении с окружающим.

3. Воспитывать у детей организованность, самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

*Оборудование:* шарики из сухого бассейна красного и зеленого цвета, две корзины (обруча) красного и зеленого цвета.

*Подвижная игра: «Собери урожай»*

*Ход игры:* у детей в руках шарик красного цвета («помидор») или зеленого цвета («яблоко»). Под музыку дети двигаются по залу в рассыпную, по окончании музыки и сигналу воспитателя – «урожай мы собираем, все корзинки заполняем»,

ребята с зелеными шариками подходят к зеленой корзине (обручу) и кладут в нее «урожай яблок», а ребята с красными шариками подходят к красной корзине (обручу) и кладут в нее красные шарики «помидоры». Воспитатель помогает детям найти свои по цвету корзины, уточняя цвет корзин и собранного урожая: зеленые – яблоки, красные – помидоры. Во время повтора игры, корзинки (обручи) переносятся на другое место для того чтобы дети научились искать предметы, ориентироваться в пространстве.

*Усложнение:* добавить третий овощ или фрукт: синий шарик – «слива», жёлтый шарик – «лимон».

ОРУ с пластмассовым шариком

1) «Передай яблоко».

И. П. – о. с., шарик в правой руке;

1-2 – руки вытянуть вперед, передать шарик в левую руку, вернуться в И. П.;

3-4 – руки вытянуть вперед, передать шарик в правую руку, вернуться в И. П.

Дозировка – 4 раза.

2) «Катаем яблочко».

И. П. – о. с., руки перед собой, шарик зажат ладонями;

1-3 – катать шарик в ладонях, «катаем яблочко»;

4 – И. П., руки опустить вниз.

Дозировка – 4 раза.

3) «Раздави орех».

И. П. – о. с., руки перед грудью, согнуты в локтях, шарик между ладонями;

1-2 – сжать с силой шарик между ладоней перед грудью;

3-4 – расслабить руки, шарик не выпускать из ладоней, отдохнуть.

Дозировка – 4 раза.

4) «Картошка».

И. П. – о. с., шарик в правой руке;

1-2 – присед, положить шарик на пол правой рукой, «посади картошку»; вернуться в И. П.;

3-4 – присед, поднять шарик левой рукой, «собери картошку»; вернуться в И. П.;

5-8 – то же, положить левой рукой, поднять – правой.

Дозировка – 3 раза.

5) «Ура, мы собрали урожай!»

И. П. – о. с., шарик в одной руке;

1-8 – подскоки на месте на двух ногах, шарик в правой руке;

9-16 – шаги на месте;

17-24 – подскоки на месте на двух ногах, шарик в левой руке;

24-32 – шаги на месте.

Дозировка – 2 раза.

### ***Тема занятия: «Лес в жизни человека и животных»***

#### ***Задачи:***

1. Учить сознательно управлять движениями, устанавливать взаимосвязь речевого сопровождения и выполнения движений.
2. Развивать умение ориентироваться в пространстве, двигаясь в рассыпную.
3. Воспитывать желание выполнять имитационные движения.

*Оборудование: игрушка или атрибут для подвижной игры*

#### ***Подвижная игра: «Лиса и зайцы»***

*Ход игры:* дети стоят рядом друг с другом на одной стороне площадки. Воспитатель проговаривает стихотворение, и дети в соответствии с текстом выполняют двигательные задания.

*По лесной лужайке, разбежались зайки, (дети бегают врассыпную);*

*Разбежались зайки, зайки- побегайки.*

*Сели зайки на лужок, роют лапкой корешок. (приседают и сгибают и разгибают)*

*Вот какие зайки, зайки- побегайки. (пальцами рук выполняют движение «роют лапкой корешки»);*

*Вот бежит лисичка, хитрая сестричка, (встают и закрывают лицо ладонями)*

*Ищет, где же зайки, зайки- побегайки. («прячутся от лисички»).*

В это время воспитатель проходит между детьми с игрушкой лисички – «ищет зайцев». Затем она говорит – «вот зайки» и начинает «ловить зайчиков», дети убегают от лисички на место начал игры.

*Усложнение:* дети убегают не на свое место, а разбегаются врассыпную от «лисички».

ОРУ без предметов: «Зайки»

1) «Зайка серенький сидит и ушами шевелит».

И. П. – о. с., руки вытянуты вверх, ладонями вперед;

1-6 – сжимание и разжимание кистей рук;

7 – руки опустить вниз, встряхнуть;

8 – И. П.

Дозировка – 3-4 раза.

2) «Хвостиком он шевелит».

И. П. – о. с., руки согнуты в локтях, пальцы сжаты в кулак;

1-3 – вращение тазобедренного сустава вправо-влево;

4 – И. П., отдохнуть;

Дозировка – 4 раза.

3) «Зайке холодно сидеть нужно лапки погреть».

И. П. – о. с.

1-3 – махи руками вперед – вверх;

4 – И. П., отдохнуть

Дозировка – 4 раза.



4) «Зайке холодно стоять нужно лапки поднимать».

И. П. – о. с.;

1 – поднять правую ногу, согнутую в колене, удержать;

2 – И. П.;

3-4 – поднять левую ногу;

Дозировка – 4 раза.

5) «Зайке холодно стоять нужно зайке поскакать».

Прыжки на двух ногах с поворотом вокруг себя, «поскакали вокруг ёлки».

Дозировка – 2 раза по 8-10 прыжков.

### ***Тема занятия: «Домашние животные. Котятки»***

*Задачи:*

1. Продолжать осваивать сенсорные эталоны, закреплять знания о цвете.

2. Развивать целенаправленность, планомерность, управляемость, осознанность восприятия.

3. Воспитывать организованность.

*Оборудование:* шарики зелёного и жёлтого цвета, две игрушки – котята, две корзины (обручи) жёлтого и зелёного цвета.

### *Подвижная игра: «Котятки и клубочки»*

*Ход игры:* на одной стороне зала стоят две игрушки - котики, около них две корзины (обручи) разных цветов (жёлтая и зелёная). На противоположной стороне зала рассыпаны шарики жёлтого и зелёного цвета. Воспитатель с детьми стоит рядом с игрушками и проговаривает:

*«Наши котики играли и клубочки растеряли.*

*С вами дружно мы пойдем, все клубочки соберем».*

Воспитатель и дети подходят к шарикам, берут по одному шарiku и несут к корзинам (обручам), соответствующего цвета.

*Усложнение:* шариков больше по количеству, чем детей и игра заканчивается, когда ребята соберут все клубочки в

корзинки. Воспитатель и дети двигаются к шарикам и одновременно произносят стихотворение.

ОРУ с шариками, клубочками: «Весёлые клубочки»

1) «Стук-постук».

И. П. – о. с., шарики в опущенных руках;

1-3 – руки через стороны вверх, постучать шариками;

3-4 – руки через стороны вниз, вернуться в И. П.

Дозировка – 4 раза.

2) «Клубочки непоседы».

И. П. – о. с., руки с шариками опущены;

1 – руки вперед, стукнуть шарик об шарик;

2 – И. П.;

3 – руки назад, стукнуть шарик об шарик;

4 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

3) «Покатались клубочки».

И. П. – сидя, ноги вытянуты вперед, шарики у живота;

1-2 – прокатить по ногам шарики (клубочки) вперед до стоп, ноги не сгибать;

3-4 – прокатить шарики (клубочки) по ногам до живота.

Дозировка – 3-4 раза.

4) «Прокати клубочек».

И. П. – сед на коленях, на пятках;

1-4 – прокатить один клубочек (шарик) вокруг ног;

5-8 – прокатить другой клубочек (шарик) вокруг ног.

Дозировка – 2 раза.

5) «Догони клубочек»

И. П. – стоя в шеренге друг рядом с другом, в руках шарики (клубочки);

1 – присесть, покатить шарики вперед;

2 – ползти за шариками на четвереньках, как киска за клубочком;

3 – взять шарики, подняться, потянуться вверх,

4 – вернуться в И. П.

Дозировка – 2-3 раза.

### *Тема занятия: «Воздушный шар»*

#### *Задачи:*

1. Формировать способность ориентироваться в пространстве, работать с предметами одной формы, но разными по плотности.

2. Развивать мышечный навык расслабления, закреплять знакомые двигательные умения с необычным предметом (воздушным шариком).

3. Воспитывать доброжелательное отношение к сверстникам.

*Оборудование:* воздушные шары по количеству детей, широкие лопатки для песка, резиновые большие мячи по количеству детей.

#### *Ход занятия:*

Построение, проверка осанки, приветствие.

Воспитатель: «Молодцы! А теперь посмотрим вокруг, и друг другу улыбнемся. Руки вверх поднимем, потянемся и станем легкими воздушными как шарики, «полетели» (плавно машут руками) и на землю сели (приседают)». Задание выполняется под медленную мелодию 2 раза.

#### *Вводная часть*

Воспитатель: «А теперь вдруг по дорожке зашагали наши ножки. Друг за другом повернемся по дороге мы пройдемся».

*Ходьба с заданиями под музыкальное сопровождение.*

*По залу пройдем, руки разомнем.*

*Ходьба по кругу потирая ладошки*

*Мы на пальчиках идем, мы идем,*

*Ходьба на носках, руки на поясе*

*Прямо голову несем, мы несем.*

Мы шагаем, мы шагаем, выше  
ноги поднимаем.

Зайчик быстро скачет в поле,

*Прыжки на двух ногах*

Зайцу весело на воле.

Муравьишки, муравьишки,

*Ползание на четвереньках*

Вы как будто бы из книжки.

Вместе весело и дружно

Строим домик очень нужный.

Побежали ножки

*Бег в колонне друг за другом*

Прямо по дорожке,

Побежали, побежали,

Никого не обогнали.

Ходьба с восстановлением дыхания. Дыхательное упражнение «Надуй шарик», способствует выработке глубокого диафрагмального дыхания, оптимизирует кровообращение головного мозга, концентрирует внимание.

Воспитатель: «Представьте, что вы надуваете животик, как большой воздушный шарик. Мышцы живота напрягаются. Плечи не поднимать. Вдох – пауза, выдох – пауза. Мышцы живота расслабились, стали мягкими.

Вот как шарик надуваем!

А руками проверяем (вдох),

Шарик лопнул, отдыхаем

Наш животик расслабляем».

Перестроение в две колонки.

*Основная часть*

Воспитатель: «Ребята, посмотрите на мячи. Они так похожи на шарики (резиновые, круглые, мягкие), но более плотные, упругие и не лопаются. Проверим это!»

Общеразвивающие упражнения с большим мячом.

1. «Вот какой мячик».

И. П. – о. с., мяч перед грудью

1 – руки выпрямить, «вот какой мячик»

2 – И. П.

Повторить 4-5 раз.

2. «Покажи мяч солнышку».

И. П. – о. с., мяч внизу

1 – поднять мяч вверх, потянуться, посмотреть на мяч

2 – И. П.

Повторить 4-5 раз.

3. «Покатаем мячик».

И. П. – сидя на пятках

Катать мяч вокруг себя вправо-влево.

4. «Прыг-скок».

И. П. – стоя, ноги на ширине плеч

1 – ударить мячом об пол, не наклоняться

2 – поймать мяч после отскока

Повторить 6-8 раз.

5. «Веселый мячик».

И. П. – о. с., мяч в руках

Прыжки на двух ногах на месте, мяч не терять. Чередовать с кружением вокруг себя, мяч в вытянутых вперед руках. Повторить 2 раза.

Воспитатель: «Мячик наш устал скакать. Надо мячику отдыхать. Положите мячики на место и возьмите по одному воздушному шарик и одной лопатке. Встанем в рассыпную по залу и поиграем с шариками. Но играть будем аккуратно и бережно, потому что шарик легкие, хрупкие и легко лопаются».

Дети берут шарик, лопатки и выполняют игровые упражнения по заданию воспитателя.

Основные движения

1. «Полет шарика». Воздушный шарик должен все время находиться в воздухе, не опускаясь на пол (30 сек).

2. «Не урони». Удерживать шарик на лопатке, продвигаясь вперед.

3. «Хлопни». Подбросить шарик вверх и следить за траекторией его полета. Как только шарик опустится на пол, хлопнуть громко в ладоши.

4. «Попади в цель». Надо загнать воздушный шарик лопаткой в корзину.

Подвижная игра «Воздушный шар». Дети стоят в кругу, взявшись за руки, и выполняют движения в соответствии с текстом и по показу воспитателя.

Мы в магазин ходили,

Шар себе купили.

*Взявшись за руки идти по кругу*

Будем шарик надувать.

Надувайся шар, надувайся большой

Да не лопайся.

*Остановиться, идти маленькими шагами назад («надуваем шар»)*

Он летел, летел, летел,

*Руки вверх, качаем руками*

За веточку задел и... лопнул

*Руки на пояс, присесть, произнести «ш-ш-ш»*

*Заключительная часть*

Проводиться упражнение на релаксацию с использованием медленной спокойной музыки «Полет на шарике».

Воспитатель: «Давайте ляжем, закроем глаза, расслабимся и представим, что мы летим на большом воздушном шаре. Шар медленно и плавно поднимается вверх, несет нас по небу и тихо покачивает. Ветерком обдувает все наше тело. Нам тепло, уютно, приятно и легко. Постепенно шарик начинает снижаться, подлетает к земле, и мы приземляемся в нашем теплом светлом зале. Потягиваемся, глубокий вдох, медленный выдох, открываем глаза и медленно садимся. С приятным путешествием вас!»

Построение. Детям раздаются воздушные шарики в подарок.

### ***Тема занятия: «Кто построил этот дом»***

*Задачи:*

1. Закреплять понятия: высокий, длинный.
2. Учить двигаться друг за другом и останавливаться по сигналу.
3. Развивать ловкость, пространственную координацию.

*Оборудование:* кубики, по два на каждого ребенка.

*Подвижная игра: «Построй дом»*

*Ход игры:* дети с кубиками в руках по музыку бегут по кругу, друг за другом. По окончанию музыки, ребята останавливаются, поворачиваются в круг лицом. Воспитатель говорит: «*Мы сейчас построим дом – высокий* (дети ставят кубик на кубик) или *длинный* (дети подставляют кубик к кубику).

*Усложнение:* после строительства, походить между домиками в рассыпную, не задевая кубики.

*ОРУ с кубиками: «Строим дом»*

1) «Кирпичики».

И. П. – о. с., в руках кубики;

1 – поднять руки через стороны вверх, стукнуть кубики друг об друга;

2 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

2) «Где кирпичики?».

И. П. – руки за спиной;

1 – вытянуть руки вперед, посмотреть на кубики, сказать «ВОТ»;

2 – И. П.

Дозировка – 4-5 раз.

3) «Забиваем гвоздики».

И. П. – о. с.;

1-3 – присесть, 3 раза стукнуть кубиками по полу, сказать «стук-стук-стук»;

4 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

4) «Строим дом».

И. П. – о. с., кубики стоят перед ребенком рядом друг с другом (построили длинный дом);

1 – перешагнуть через кубики;

2 – повернуться к кубикам;

3-4 – то же, повторить;

Дозировка – 4-5 раз.

5) «Перепрыгиваем через дом».

И. П. – то же;

1 – прыжок через кубики на двух ногах;

2 – поворот к кубикам, И. П.;

Дозировка – 6-8 раз.

б) «Между башнями гуляем».

И. П. – о. с., дети ставят кубик на кубик «башня»;

Ходьба между кубиками: «между башнями гуляем, наши башни не сбиваем».

Дозировка 20-30 секунд.

### ***Тема занятия: «Городские улицы. Транспорт»***

*Задачи:*

1. Формировать умение двигаться друг за другом, сохраняя заданное направление.

2. Развивать умение реагировать на сигнал.

3. Воспитывать у детей организованность, самостоятельность.

*Оборудование:* малый обруч или массажное кольцо (кольцо от кольцеброса)

*Подвижная игра: «Светофор»*

*Ход игры:* дети стоят друг за другом и держат в двух руках обруч – «руль». По сигналу воспитателя – «зелёный свет –



поехали», дошкольники двигаются друг за другом (бегут или идут), по сигналу – «красный свет – дороги нет, стоп!» колонна останавливается. Учить детей не наталкиваться друг на друга и не обгонять. По сигналу – «желтый свет – приготовиться, завелись» дети стоят и вращая в руках обруч, делают глубокий вдох, а на выдох произносят звук «р-р-р». Игра продолжается по команде – «зеленый свет – поехали».

*Усложнение:* во время движения вращать обруч перед собой – «крутить руль».

ОРУ с массажным кольцом (с кольцом от кольцеброса)

1) «Передай руль».

И. П. – о. с., кольцо в правой руке;

1-2 – руки через стороны вверх, передать кольцо в левую руку, вернуться в И. П.;

3-4 – руки через стороны вверх, передать кольцо в правую руку, вернуться в И. П.

Дозировка – 3-4 раза.

2) «Крутим руль».

И. П. – о. с., кольцо в двух руках внизу;

1-3 – поднять руки перед собой, вращать кольцо вправо-влево, «крутим руль»;

4 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

3) «Посмотри направо – налево».

И. П. – о. с., кольцо в двух руках внизу;

1-2 – поднять кольцо перед собой, одновременно повернувшись вправо, посмотреть в кольцо, вернуться в И. П.;

3-4 – поднять кольцо перед собой, одновременно повернувшись влево, посмотреть в кольцо, вернуться в И. П.

Дозировка – 4 раза.

4) «Не урони руль».

И. П. – о. с., кольцо на голове, руки на поясе;

1 – полуприсед, спина ровная, смотрим вперед, кольцо не теряем, «не урони руль»;

2 – И. П.

Дозировка – 4-5 раз.

5) «По кочкам, по кочкам, по ровненькой дорожке»

И. П. – о. с., кольцо в двух руках перед собой;

1-8 – подскоков на месте, «по кочкам, по кочкам»;

9-16 – шаги на месте, «по ровненькой дорожке».

Дозировка – 2-3 раза.

### ***Тема занятия: «Здравствуй, Зимушка – Зима»***

*Задачи:*

1. Формировать умение двигаться друг за другом, сохраняя заданное направление.

2. Развивать двигательную координацию, умение реагировать на сигнал, умение двигаться под музыку.

3. Воспитывать у детей умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

*Оборудование: снежинки, вырезанные из бумаги.*

*Подвижная игра: «Снежинки»*

*Ход игры:* дети стоят в кругу или врассыпную, они «снежинки». Звучит вальсовая мелодия и воспитатель проговаривает стихотворение, дети выполняют имитационные движения:

*«Снежинки, снежинки по небу летят. (маховые движения рук)*

*Снежинки, снежинки на землю хотят. (изображают полёт снежинок на землю).*

*Ветер дует все сильнее, (кружатся на месте).*

*Снежинки кружатся быстрее.*

*Метель (бегут друг за другом по кругу).*

*Ветер стих – стало тихо кругом. (останавливаются и приседают на месте).*

*Снежинки слепились в большой снежный ком».*

*Усложнение:* после остановки дети собираются в центре зала и приседают – «слепились в большой снежный ком».

ОРУ с бумажными снежинками

1) «Снежинки летают».

И. П. – о. с., в руках снежинки;

1 – поднять руки через стороны вверх, соединить снежинки над головой;

2 – вернуться в И. П.

Дозировка – 4 раза.

2) «Снежинки летели и на коленки сели».

И. П. – о. с., руки вверху;

1 – наклон вниз, задеть снежинками колени;

2 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

3) «Снежинки летели и на землю сели».

И. П. – о. с., руки опущены;

1 – присесть, задеть снежинками пол перед собой;

2 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

4) «Снежинка летела и на голову села».

И. П. – о. с., снежинка на голове.

1-4 – покружиться со снежинкой на голове;

5-8 – пружинящие приседания с снежинкой.

Дозировка – 2 раза.

5) «Сдуй снежинку».

И. П. – о. с., снежинка лежит на ладонях перед лицом;

1 – вдох;

2-3 – длинный выдох, сдуть снежинку с ладоней;

4 – поднять снежинку, И. П.

Дозировка – 3-4 раза.

### *Тема занятия: «Зимние развлечения»*

#### *Задачи:*

1. Отрабатывать отдельные двигательные умения и физические качества (ловкость, координацию).
2. Развивать произвольное внимание, речь детей.
3. Воспитывать умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

*Оборудование:* игрушка Деда Мороза.

#### *Подвижная игра: «Дед Мороз»*

*Ход игры:* дети встают на одной стороне зала в линию, напротив них на другой стороне находится игрушка деда Мороза. Воспитатель проговаривает четверостишие, дети в соответствии со словами выполняют движения.

*Греем щеки* (дети круговыми движениями поглаживают щеки);

*Греем нос.* (пальцами рук растирают нос);

*Нам не страшен Дед Мороз.* (грозят пальцем).

После этого дети подходят к игрушке Деда Мороза. Воспитатель берет игрушку и говорит: «Заморожу!». Дети убегают в прямом направлении на свои места, не наталкиваясь друг на друга и не мешая друг другу.

*Усложнение:* дети проговаривают текст вместе с воспитателем.

ОРУ с мягкими снежками (из ваты или поролон)

1) «Снега мы возьмем немножко и сожмем его в ладошках».

И. П. – о. с., снежок в правой руке;

1-7 – вытянуть руку вперед и сжимать снежок;

8 – переложить снежок в левую руку;

9-16 – то же левой рукой;

Дозировка – 2 раза.

2) «Раскатаем снежный ком».

И. П. – о. с., снежок в ладонях перед собой;

1-7 – катать снежок в ладонях по кругу;

8 – И. П., отдохнуть 4

Дозировка – 2-3 раза.

3) «Передай снежок».

И. П. – о. с., снежок в правой руке;

1 – передать снежок в левую руку перед собой;

2 – передать снежок в правую руку за спиной;

Дозировка – 4-5 раз.

4) «Брось – поймай».

И. П. – о. с., снежок в двух руках перед собой;

1-2 – подбрасывание и ловля снежка;

Дозировка – 6-8 раз.

5) «Перепрыгни снежок».

И. П. – о. с., снежок на полу перед ребенком;

Прыжки через снежок. Дозировка – 2 раза по 6-8 прыжков.

### *Тема физкультурного занятия: «Колобок»*

#### *Задачи:*

1. Закреплять знания о форме (круг, квадрат, треугольник) предмета, цвете (красный, синий, желтый) и пространственной ориентации.

2. Закреплять двигательные умения детей в ходьбе и беге с изменением направления.

3. Учить энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках с продвижением вперед; в прыжках в высоту с места учить сочетать отталкивание ногами со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие.

4. Формировать у детей организованность, самостоятельность.

**Оборудование:** узкая дорожка длиной 3 метра с наклеенными геометрическими фигурами, мягкие геометрические модули (квадраты, треугольники, круги), туннель, мяч, звуковая дорожка, шапочка лисички, геометрические фигуры желтого, красного, синего цвета из клейкой бумаги.

**Ход занятия:**

Дети проходят в зал, строятся в шеренгу, воспитатель приветствует их и проверяет осанку.

**Вводная часть.**

Воспитатель: «Ребята, сегодня мы с вами отправимся в путешествие по сказке. В какую сказку мы попадем, вы сейчас отгадаете.

Он от дедушки ушел,  
Он от бабушки ушел.  
В лес попал, гулял,  
Хвастался и пропал...

Конечно, это сказка «Колобок». И сейчас мы вместе с вами «слепим» колобка».

Проводиться пальчиковая гимнастика «Слепи колобка». Воспитатель с детьми проговаривают стихотворение и ритмично выполняют упражнения.

«Мы лепили колобка,  
*Сжимаем и разжимаем ладони;*  
Тесто мяли мы слегка,  
*Сжимаем и разжимаем пальцы;*  
А потом его катали,  
*«Скатываем» колобок;*  
На окошечко сажали.  
*Раскрыть ладони, показать их;*  
Он с окошка прыг да прыг,  
*Стучать по ладоням пальцами;*  
Укатился озорник».  
*Резко разжать ладони.*

Воспитатель: «Молодцы! Вот мы с вами и слепили колобка. А какой он по форме? Правильно, круглый. По ступенькам он попрыгал, по тропинке покатился, между деревьями плутал. И мы с вами как колобки покатымся в лес».

Игра «По ровненькой дорожке»: ходьба в колонне с хлопками и притопыванием, прыжки с продвижением, бег в колонне и врассыпную между разложенных на ковре разноцветных геометрических фигур.

Затем ходьба врассыпную, построение на кругах и на квадратах разного цвета, разложенных на ковре.

Воспитатель: «Ребята, мы с вами оказались на сказочной поляне. Какие фигуры вы видите? (Дети отвечают). Молодцы. А теперь, кто стоит на квадратах – похлопайте, а кто стоит на кругах – потопайте. Молодцы. А теперь расскажем сказку под музыку».

### ***Основная часть.***

Общеразвивающие упражнения проводятся по типу логоритмики (воспитатель и дети ритмично проговаривают стихотворение и выполняют упражнения). Повторить 2 раза.

«Колобок»

Я колобок, колобок, колобок,

*Наклоны головы вправо – влево;*

Я колобок, румяный бок.

По сусекам скребен, по амбару метен,

*Сжимаем и разжимаем пальцы,*

По сусекам скребен, по амбару метен,

*Поднимаем руки вверх – вниз;*

В печку сажен, на окошке стужен,

*Присесть и встать на носки,*

В печку сажен, на окошке стужен.

*Руки поднять вверх;*

Я от дедушки ушел и от бабушки ушел,

*Ходьба на месте;*

Я от зайца ушел и от волка ушел,

*Прыжки на месте на двух ногах;  
От медведя ушел,  
Ноги врозь, руки в стороны  
От косолапого ушел,  
Наклоны вправо-влево;  
А лиса меня: «Ам!» и съела.  
Вдох и резкий выдох.*

Воспитатель: «Замечательная песенка. Но нам надо дальше в путь. Кто стоит на фигуре желтого цвета – похлопайте, кто стоит на фигуре синего цвета – потопайте, а кто стоит на фигуре красного цвета – покружитесь. Молодцы. Продолжаем путешествие по сказочному лес. В лесу растут треугольные деревья, лежат круглые камушки, квадратные кочки, ведут в сказку узкие тропинки»

Дети перестраиваются в колонну друг за другом.

Основные движения проводятся поточным способом:

1. Ходьба по звуковой дорожке со следками.
2. Ходьба змейкой между «елочек» (треугольные объемные фигуры) и ходьба по мягкой опоре (круглые мягкие фигуры).
3. Перешагивание через барьеры высотой 10 см – пролезание в туннель, прыжок вверх (достають мяч двумя руками).
4. Прыжки по узкой дорожке на двух ногах с фигуры на фигуру.

Повторить все упражнения 3-4 раза.

Подвижная игра «Лиса и колобки». Под музыку дети («колобки») бегают в рассыпную, «лисичка» сидит на скамеечке. По окончании музыки «лисичка» выбегает и старается осалить «колобка». Дети убегают в определенное место - «домик». Повторить 2 раза.

***Заключительная часть.***

Воспитатель: «Вот какие ловкие у нас ребята! А теперь превратимся в лисичек - хитрых сестричек».



Малоподвижная игра «Лисички» (игра на двигательное творчество).

Воспитатель спрашивает, а дети показывают:

«У лисички лапки, какие? А вот, такие (имитация движения лапок).

«У лисички ушки, какие? А вот, такие (имитация движения ушками).

«У лисички хвостик, какой? А вот, такой (имитация движения хвостом)».

Повторить 2-3 раза.

Построение, проверка осанки. Сюрпризный момент.

### ***Тема физкультурного занятия: «Веселые фигуры»***

#### ***Задачи:***

1. Закреплять знания о форме, цвете, назначении предметов на полосе препятствий, их функциональных возможностях.

2. Развивать общую и мелкую моторику, координацию и ориентировку в пространстве.

3. Формировать правильную осанку и свод стопы.

4. Воспитывать самостоятельность.

***Оборудование:*** по два цветных кубика на каждого ребенка, массажные мячики, мешочки с песком, цветные конусы, мягкий бум, перекладины, узкая дорожка, резиновые большие мячи.

#### ***Ход занятия:***

Построение, приветствие, проверка осанки.

Воспитатель: «Ребята, мы сегодня с вами будем путешествовать по стране веселых фигур! Нас ждут необычные задания и приключения. Вы готовы? Молодцы! Но прежде чем пуститься в путь надо размяться».

#### ***Вводная часть.***

Проводиться самомассаж (1 мин).

1. «Разогрели ручки»: соединить ладони и потереть им одна о другую до нагрева.
2. «Дзинь-дзинь»: слегка подергать кончик носа.
3. «Рисуем круги»: указательными пальцами массировать ноздри.
4. «Приклеим ушки»: растирать за ушами сверху вниз указательными пальцами.
5. «Коровка»: сделать вдох, на выдохе произнести звук «М – м - м», постукивая пальцами по крыльям носа.
6. «Остудили ладони»: вдох через нос, выдох через рот на ладони.

Воспитатель: «Вот мы и готовы к путешествию! Сели по вагонам и отправляемся в путь».

Игра «Паровоз». Дети становятся друг за другом, согнув руки в локтях – они «вагончики», и выполняют движения в соответствии с текстом.

Едет-едет паровоз

Две трубы и сто колес

Машинистом рыжий пес.

Ту – ту – ту – ту – у!

*Ходьба друг за другом, с выпрямлением согнутых в локтях рук.*

Ходьба по узкой дорожке («рельсы»), между цветными конусами змейкой («между деревьев»), по мягкому буму («по мосту»), проходят под перекладинами («под мостом»). Воспитатель называет цвет и форму предметов, употребляя предлоги – под, над, по, между, развивая словарный запас детей.

Воспитатель: «Паровозик разогнался. И помчался. И помчался...»

Легкий бег по той же полосе препятствий.

Воспитатель: «Паровоз замедляет ход (медленный бег), подъезжает к станции (обычная ходьба за воспитателем) и, наконец, полная остановка!»

Дыхательное упражнение «Шары летят». Дети выполняют упражнение медленном темпе 4-5 раз.

Воздух мягко набираем,	<i>Вдох</i>
Шарик красный надуваем.	<i>Выдох</i>
Пусть летит он к облакам,	<i>Вдох</i>
Помогу ему я сам!	<i>Выдох</i>

**Основная часть.**

Воспитатель: «Посмотрите, что за чудо (показывает на цветные кубики) – разноцветные дома! Ребята эти домики, какие по форме? А по цвету? У них углы гладкие или острые? Если кубик бросить на пол он подпрыгнет, как мяч? Почему? Возьмите по два кубика одного цвета и встаньте в круг».

Общеразвивающие упражнения с кубиками  
(стимулирующие хлопки).

1. «Пошумим».

И. П. – о. с., кубики в опущенных руках

1-3 – руки через стороны вверх, три хлопка кубиками

4 – И. П.

Повторить 4-5 раз.

2. «Хлоп-хлоп».

И. П. – то же

1 – хлопок кубиками перед собой

2 – хлопок кубиками за спиной

Повторить 5-6 раз.

3. «Молоточек».

И. П. – о. с., кубики к плечам

1-3 – присед, три хлопка об пол

4 – И. П.

Повторить 4-5 раз.

4. «Башня».

И. П. – о. с., кубики поставить один на другой, руки на поясе.

1 – перешагнуть «башенку» правой ногой

2 – повернуться к кубикам

3-4 – то же, левой ногой

Повторить 4-5 раз

5. «Заборчик».

И. П. – о. с., кубики поставить на пол друг к другу, «Заборчик».

Прыжки через кубики на двух ногах чередовать с ходьбой вокруг кубиков.

Воспитатель: «Вот какие ребята молодцы! А теперь положите кубики в свои домики».

Дети кладут кубики своего цвета в корзины такого же цвета.

Основные движения.

Воспитатель: «Вот мешочки перед вами разрисованы цветами (на мешочках с песком наклеены разноцветные цветы). Какие по форме мешочки? (прямоугольные) Какие цветы на мешочках по цвету? Давайте превратимся с вами в волшебную цветочную клумбу! Положите мешочки на голову, походите врассыпную, не наталкиваясь друг на друга и не теряя мешочки-цветочки».

1. Ходьба врассыпную по залу с мешочком на голове, держать спину ровной, не наклоняться и не ронять мешочки.

Воспитатель: «А теперь давайте рассадим цветочки по клумбам». Дети встают в одну шеренгу и метают мешочки двумя руками в обручи, расположенные на полу на расстоянии 1-1,5 м от играющих.

2. Метание мешочков в обручи. Повторить 4-5 раз.

Воспитатель: «Есть еще одна веселая фигура в нашей волшебной стране. А для того, чтобы узнать ее угадайте загадку. Он и круглый, он и гладкий, скачет. Что же это...(мячик). Какой по форме мяч? Есть у меня одна игра. Вам понравится она. Надо мячик в руки взять и по полу покатать. Почему мячик можно катать, а мешочек нет? (ответы детей)».

Подвижная игра «Догони мяч». Дети встают в одну шеренгу с мячами в руках, приседают и, активно отталкивая мяч кистями,

катят его как можно дальше. По сигналу «раз, два, три - мячик догони» бегут за своим мячом. Повторить 3-4 раза.

### ***Заключительная часть.***

Воспитатель: «Ребята, пока мы катали мячики на них налипли иголки, и они уменьшились в размерах, стали маленькие. Возьмите себе по одному мячу- «ежику». Поиграем с ними».

Упражнения с малыми массажными мячами.

1. Катание между ладонями.
2. Сжимание мяча в ладонях.
3. Катание мяча правой и левой стопой.
4. «Рисовать» круги, овалы мячом по полу правой и левой стопой.

Воспитатель: «Вот и закончилось наше путешествие в страну веселых фигур. Пора возвращаться домой! Закрыли глаза, повернулись вокруг себя через правое плечо, через левое еще, глаза открыли. Мы дома! В нашем зале. А теперь пора прощаться и копить силы для следующего путешествия».

### ***Тема физкультурного занятия: «Цирк»***

*Задачи:*

1. Уточнять представления детей о внешних свойствах мяча: их форме, цвете, материале, размере.
2. Учить подбрасывать и ловить мяч.
3. Воспитывать желание сознательно управлять движениями.

*Оборудование:* резиновые мячи по количеству детей.

*Подвижная игра: «Мой весёлый, звонкий мяч...»*

*Ход игры:* дети выполняют движения с мячом в соответствии с текстом стихотворения.

*Мой весёлый, звонкий мяч* (4 раза подбросить и поймать мяч вверх двумя руками)

*Ты куда помчался вскач;*  
*Красный, синий, голубой* – (4 раза показать мяч влево-вправо);

*Не угнаться за тобой.*

*Я тебя ладонью хлопал.* (похлопать по мячу правой и левой ладонью);

*Ты скакал и звонко топал.*

*Ты пятнадцать раз подряд* (4 разабросить мяч вниз и поймать двумя руками)

*Прыгнул вправо и назад.*

*А потом ты покатылся* (сесть на колени и прокатить мяч вокруг ног)

*И назад не воротился* (прокатить мяч вправо-влево)

*Там попал под колесо.* (остановить мяч перед собой и хлопнуть 2 раза в ладоши).

*Лопнул, хлопнул – вот и всё!*

*Усложнение:* дети произносят текст с воспитателем.

#### ОРУ с мячом

1) «Мяч вверх».

И. П. – о. с., в опущенных руках мяч;

1 – поднять руки с мячом вверх, сказать «вот», потянуться;

2 – вернуться в И. П.

Дозировка – 4раза.

2) «Покажи мяч».

И. П. – о. с., мяч перед грудью, руки согнуты;

1 – поворот вправо, выпрямить руки, посмотреть на мяч, сказать «вот»;

2 – И. П.

3-4 – то же, влево;

Дозировка – 3-4 раза.

3) «Мяч на пол».

И. П. – о. с., мяч перед грудью, руки согнуты;

1 – присесть, достать мячом пол, сказать «вниз»;

2 – И. П.

Дозировка – 4-5 раз.

4) «Прокати мяч».

И. П. – сидя на полу, ноги вытянуть, мяч у живота на ногах;

1-2 – прокатить мяч по ногам до стоп двумя руками, ноги не сгибать;

3-4 – прокатить мяч по ногам до живота в И. П.

Дозировка – 3-4 раза.

5) «Кати-кати мячик».

И. П. – сед на пятках;

1-8 – прокатить мяч вокруг ног вправо;

9-16 – прокатить мяч вокруг ног влево;

Дозировка – 2 раза.

б) «Попрыгунчик».

И. П. – о. с., мяч в двух руках;

Прыжки на месте 10 раз, чередоваться с кружением с мячом в руках.

Дозировка – 2 раза.

### ***Тема занятия: «Весна. Прилет птиц»***

***Задачи:***

1. Уточнять представления детей о внешних свойствах обруча: их форме, цвете, материале, размере.
2. Учить двигаться в рассыпную, не наталкиваясь друг на друга.
3. Развивать пространственную ориентацию, умение реагировать на сигнал.

***Оборудование:*** малые обручи по количеству детей.

***Подвижная игра:*** «Птички в гнёздах»

***Ход игры:*** дети – «птички» стоят в обручах, обручи – «гнездышки» разложены по всему залу. По сигналу воспитателя: «Полетели!» дети выходят из обручей и бегают в рассыпную по

залу – «птички летают», не наступая на обручи, и не наталкиваясь друг на друга. По сигналу воспитателя: «Птички в гнёзда!» дети «залетают» - встают в свой обруч.

*Усложнение:* встать в любой свободный обруч.

ОРУ с малым обручем: «Птички в гнездышках»

1) «Птичка в гнездышке».

И. П. – о. с. в обруче, руки на поясе;

1 – подняться на ноги, потянуться вверх, голову не задирать, «выглянули из гнездышка»;

2 – И. П.

Дозировка – 4-5 раз.

2) «Посмори на солнышко».

И. П. – ноги на ширине плеч, обруч в руках, опущен вниз;

1 – поднять обруч над головой, посмотреть в обруч;

2 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

3) «Посмотрим нет ли кошки».

И. П. – ноги на ширине плеч, обруч перед собой;

1-2 – повороты вправо – влево, смотреть в обруч перед собой, ноги не отрывать;

Дозировка – 4-5 раз.

4) «Спряч лапки в гнездышко».

И. П. – сидя в обручи, ноги согнуты в коленях, руки в упоре сзади;

1 – вытянуть ноги вперед, «лапки из гнездышка»;

2 – И. П., «спрятать лапки в гнездышко»;

Дозировка – 4-5 раз.

5) «Запрыгни в гнездышко».

И. П. – о. с., за обручем;

1-2 – прыжок на двух ногах в обруч – из обруча, повернуться к обручу;

3-4 – прыжок в обруч – из обруча;

Дозировка – 4-6 раз.

б) «Птичка пляшет, птичка крылышками машет».



И. П. – о. с.;

1 – руки через стороны вверх, вдох;

2 – руки через стороны вниз, выдох;

Дозировка – 4 раза.

### ***Тема занятия: «Море и его обитатели»***

*Задачи:*

1. Формировать пространственную ориентацию.
2. Развивать зрительное восприятие и сенсомоторную координацию при ознакомлении с окружающим.
3. Воспитывать у детей организованность, самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

*Оборудование: туристические коврики.*

*Подвижная игра: «Рыбак и рыбки»*

*Ход игры:* выбирается водящий – Рыбак, который стоит в кругу. Дети становятся в хоровод, берутся за руки и начинают движение в правую сторону, проговаривая:

*На реке - камыши.*

*Расплескались там ерши.* Остановиться,  
повернуться, лицом в центр круга.

*Круг – постарше,* Делают шаг назад.

*Круг – помладше,* Делают шаг вперёд.

*Круг – совсем малыши!* Сомкнуть круг.

По команде: «Рыбак!» - дети бегут в заранее определённый домик (стулья, скамейка). Рыбак старается поймать, забашать как можно больше детей.

*Усложнение:* при повторении игры движение по кругу выполнять влево.

ОРУ на ковриках: «Мы на лодочке плывем»

1) «Мы на лодочке плывем».

И. П. – сидя на коврике, ноги вместе, руки на поясе;

1-3 – покачивание туловищем вправо – влево, смотреть вперед, не наклоняться;

4 – И. П.

Дозировка – 3-4 раза.

2) «Лодку качало, но мы не упали».

И. П. – то же;

1 – согнуть ноги, обнять их руками;

2 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

3) «В лодочке лежали, загорали».

И. П. – лежа на спине, руки вдоль туловища;

1 – руки поднять вперед, посмотреть на них;

2 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

4) «В лодочке лежали и морскую звезду увидали».

И. П. – лежа на животе, руки вытянуты вперед;

1 – развести руки в стороны, ноги врозь, «морская звезда»;

2 – И. П.

Дозировка – 4 раза.

5) «Загорали, ножками болтали».

И. П. – лежа на животе, руки под подбородком, согнуты в локтях;

1-3 – сгибать и разгибать ноги, «ножками болтали»

4 – И. П., отдохнуть;

5-7 – выпрямить руки вперед, приподнять над полом, помахать «руками помахали»;

8 – И. П., отдохнуть;

Дозировка – 2-3 раза.

6) «Волны лодочку качали, мы немножечко устали».

И. П. – лежа на животе, руки вдоль туловища;

1-7 – лежа на животе, руки вытянуть вверх, потянуться;

8 – И. П.;

Дозировка – 3-4 раза.

### ***Тема занятия: «Такие разные насекомые»***

*Задачи:*

1. Продолжать учить реагировать на сигнал.
2. Развивать умение ориентироваться в пространстве, находить своё место.
3. Воспитывать инициативу, творческие способности.

*Оборудование:* малые обручи по количеству детей, сачок.

*Подвижная игра: «Бабочки»*

*Ход игры:* дети – «бабочки» сидят на коленях в обруче, «бабочки на цветочке». По сигналу воспитателя – «бабочки полетели», ребята встают, выходят из обруча и в рассыпную двигаются между обручами, имитируя полет бабочек: машут руками вверх-вниз, бегают, кружатся или танцуют. После слов воспитателя: «Я сачок беру и бабочек ловлю», дети должны быстро найти в свой обруч, сесть на колени и руки прижать к туловищу – «сложить крылышки». Воспитатель сачком пытается «поймать бабочку», которая не нашла свой цветочек.

*Усложнение:* обручи-цветочки могут быть разные по цвету (для девочек – красные маки, для мальчиков – синие незабудки).

**ОРУ на ковриках «Насекомые»**

1) «Бабочки».

И. П. – о. с. на коврике, руки в стороны;

1-3 – подняться на носки, плавно помахивать рукам вверх-вниз, имитировать движения крыльев бабочек;

4 – И. П., отдохнуть;

Дозировка – 4 раза.

2) «Муравьи».

И. П. – сидя на коврике, ноги согнуты в коленях, руки в упоре сзади;

1-4 – шагать ногами вперед, до полного выпрямления;

5-8 – шагать назад до полного сгибания ног, вернуться в И.

П.;

Дозировка – 3-4 раза.

3) «Жучки».

И. П. – лежа на спине, руки вдоль туловища;

1-7 – поднять согнутые в коленях ноги, поднять перед собой руки и приподнять голову, махать руками и ногами имитируя жучка на спине;

8 – И. П., отдохнуть, выпрямить ноги, руки;

Дозировка – 4 раза.

4) «Стрекоза».

И. П. – лежа на животе, руки согнуты в локтях под подбородком;

1-2 – приподнять плечи, голову, руки в стороны, «полет стрекозы»;

3-4 – отдохнуть;

Дозировка – 4 раза.

5) «Кузнечик».

И. П. – о. с.;

1 – прыжок вперед с одного края коврика на другой, «кузнечик прыгает через полянку»;

2 – поворот, И. П.;

Дозировка – 6-8 раз.

6) «Полет светлячков».

По команде «Ночь – светлячки летают» дети врассыпную бегают по залу, по команде «День – светлячки отдыхают» дети останавливаются и приседают.

Дозировка 3-4 раза.

## **Конспекты физкультурных занятий в средней группе**

***Тема занятия: «Здравствуй, детский сад. Здравствуй группа»***

**Задачи:**

1. Продолжать развивать умение двигаться в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.
2. Закреплять умение реагировать на сигнал.
3. Воспитывать желание участвовать в совместных играх.

*Оборудования нет.*

*Подвижная игра: «Здравствуйте!»*

*Ход игры:* под ритмичную музыку дети двигаются по залу враспынную, не наталкиваясь друг на друга. По сигналу (остановка музыкального сопровождения) дети встают парами и кивают друг другу головой – «здороваются».

*Усложнение:* дети громко здороваются,жимают правую руку и называют имя партнера – «Здравствуй, Саша!».

*ОРУ без предметов: «Здравствуйте!»*

- 1) «Здравствуйте, ручки».

И. П. – о. с.;

1-3 – поднять руки через стороны вверх, три раза хлопнуть над головой, сказать: «Здравствуйте, ручки»;

4 – И. П.

Дозировка – 4-5 раз.

- 2) «Здравствуйте, ребята».

И. П. – о. с., руки на поясе;

1-2 – повернуться вправо, повернуть голову направо, посмотреть на плечо, сказать: «Здравствуйте», вернуться в И. П.;

3-4 – повернуться влево, повернуть голову влево, посмотреть на левое плечо, сказать: «Здравствуйте», вернуться в И. П.

Дозировка – 4-5 раз.

- 3) «Здравствуйте, коленки».

И. П. – о. с., руки к плечам;

1-2 – поднять правое колено вверх, коснуться правого локтя, вернуться в И. П.;

3-4 – поднять левое колено вверх, коснуться левого локтя, вернуться в И. П.

Дозировка – 4 раза.

- 4) «Здравствуйте, ножки».

И. П. – о. с., руки на поясе;

1-2 – поставить правую ногу вперед на носок, вернуться в И. П.;

3-4 – поставить левую ногу вперед на носок, вернуться в И. П.

Дозировка – 3-4 раза.

5) «Ноги вместе – ноги врозь».

И. П. – о. с.

1 – прыжок, ноги врозь;

2 – прыжок, ноги вместе.

Дозировка – 2 повтора по 12 прыжков.

### ***Тема занятия: «Городские улицы. Транспорт»***

*Задачи:*

1. Закреплять умение двигаться друг за другом, сохраняя направление и дистанцию.

2. Развивать умение реагировать на звуковой и зрительный сигнал.

3. Воспитывать умение подчиняться общим правилам в игре.

*Оборудование:* малый обруч или массажное кольцо (кольцо от кольцеброса).

#### *Подвижная игра: «Светофор»*

*Ход игры:* дети стоят друг за другом и держат в двух руках обруч – «руль». По сигналу воспитателя – «зелёный свет», дошкольники бегут друг за другом, вращая перед собой обруч – «руль», по сигналу – «красный свет – дороги нет, стоп!» колонна останавливается. Закреплять умение в беге не наталкиваться друг на друга и не обгонять. По сигналу – «желтый свет – приготовиться, завелись» дети стоят и, вращая в руках обруч, делают глубокий вдох, а на выдох имитируют звук мотора: «р-р-р». Игра продолжается по команде – «зеленый свет – поехали».

*Усложнение:* сигнал подавать звуковой и зрительный – детям показываются по очереди круги красного, жёлтого и зеленого цвета. А фразы – «дороги нет», «приготовится» и «поехали» произносят сами дети.

ОРУ с массажным кольцом (с кольцом от кольцеброса)

1) «Передай руль».

И. П. – о. с., кольцо в правой руке;

1 – руки в стороны;

2 – руки вверх, передать кольцо в левую;

3-4 – руки в стороны, вернуться в И. П.;

5-8 – то же, передать кольцо в правую руку, вернуться в И. П.

Дозировка – 3-4 раза.

2) «Крутим руль».

И. П. – о. с., кольцо в двух руках внизу;

1-3 – полуприсед, поднять руки перед собой, вращать кольцо вправо-влево, смотреть вперед, «крутим руль»;

4 – выпрямиться, вернуться в И. П.

Дозировка – 4-5 раз.

3) «Посмотри направо – налево».

И. П. – ноги на ширине плеч, кольцо в двух руках внизу;

1-2 – поднять кольцо перед собой, одновременно повернувшись вправо, посмотреть в кольцо, вернуться в И. П.;

3-4 – поднять кольцо перед собой, одновременно повернувшись влево, посмотреть в кольцо, вернуться в И. П.

Дозировка – 4-5 раз.

4) «Прокрути руль».

И. П. – ноги на ширине плеч, кольцо в одной руке;

1-8 – наклониться, прокрутить кольцо правой кистью на полу перед собой, выпрямиться;

9-16 – наклониться, прокрутить кольцо левой кистью на полу перед собой, выпрямиться.

Дозировка – 4 раза.

5) «Не урони руль».

И. П. – о. с., кольцо на голове, руки на поясе;

1 – присед, спина ровная, смотрим вперед, кольцо не теряем, «не урони руль»;

2 – И. П.

Дозировка – 4-5 раз.

б) «По кочкам, по кочкам, по ровненькой дорожке»

И. П. – о. с.;

1-8 – подскоков на месте, «по кочкам, по кочкам», руль в двух руках перед собой;

9-16 – шаги на месте, «по ровненькой дорожке», кольцо на голове, спина ровная, смотрим вперед.

Дозировка – 3 раза.

### ***Тема занятия: «Урожай»***

*Задачи:*

1. Формировать пространственное ориентирование.
2. Развивать сенсорные координации.
3. Воспитывать желание управлять своими движениями.

*Оборудование:* шарики из сухого бассейна красного, зеленого и желтого цвета, корзины (обручи) красного, жёлтого и зеленого цвета.

*Подвижная игра: «Собери урожай»*

*Ход игры:* у детей в руках шарик красного цвета («помидор») или зеленого цвета («яблоко») или жёлтого («лимон»). Под музыку дети бегают по залу врассыпную, по окончанию музыки и сигналу воспитателя – «урожай мы собираем, все корзинки заполняем», ребята с зелеными шариками подбегают к зеленой корзине (обручу) и кладут в нее «урожай яблок», а ребята с красными шариками подбегают к красной корзине (обручу) и кладут в нее красные шарики «помидоры», в жёлтую корзину кладут жёлтые шарики «урожай лимонов». Воспитатель смотрит, правильно ли собрали дети «урожай» и оценивает, какой фрукт или овощ был собран



быстрее. Во время повтора игры, корзинки (обручи) переносятся на другое место для того чтобы дети научились искать предметы, ориентироваться в пространстве, бегать не наталкиваясь друг на друга.

*Усложнение:* корзины стоят в центре зала, дети бегают по кругу, по сигналу подбегают к своей корзине, не наталкиваясь друг на друга.

### *ОРУ с пластмассовым шариком*

1) «Передай яблоко».

И. П. – о. с., шарик в правой руке;

1-2 – передать шарик перед грудью в левую руку, передать шарик за спиной в правую руку;

Дозировка – 4 раза;

И. П. – о. с., шарик в левой руке;

3-4 – передать шарик перед грудью в правую руку, передать шарик за спиной в левую руку.

Дозировка – 4 раза.

2) «Раздави орех».

И. П. – о. с., руки перед грудью, согнуты в локтях, шарик между ладонями;

1-2 – сжать с силой шарик между ладоней перед грудью;

3-4 – расслабить руки, шарик не выпускать из ладоней, отдохнуть.

Дозировка – 5 раз.

3) «Картошка».

И. П. – ноги врозь, шарик в правой руке;

1-2 – наклониться, положить шарик на пол правой рукой, ноги не сгибать, «посади картошку»; вернуться в И. П.;

3-4 – наклониться, поднять шарик левой рукой, «собери картошку», вернуться в И. П.;

5-8 – то же, положить левой рукой, поднять – правой.

Дозировка – 4 раза.

4) «Катилось яблочко по огороду...»

И. П. – сед на пятках, шарик перед коленями на полу;

1-8 – прокатить шарик вокруг ног по часовой стрелке, вернуться в И. П.;

9-16 – прокатить шарик вокруг ног против часовой стрелки, вернуться в И. П.

Дозировка – 2 раза.

Выполняя упражнение, проговариваем считалку:

*«Катилось яблочко по огороду,*

*И упало прямо в воду – бульк!»*

5) «Ура, мы собрали урожай!»

И. П. – о. с., шарик в одной руке;

1-8 – подскоки на месте на двух ногах, шарик передаем из руки в руку перед грудью или над головой;

9-16 – отдохнуть.

Дозировка – 2-3 раза.

### ***Тема занятия: «Домашние животные»***

*Задачи:*

1. Развивать умение двигаться в прямом направлении, не наталкиваясь друг на друга.

2. Развивать двигательные функции с помощью имитационных движений, умение быстро реагировать на сигнал.

3. Воспитывать желание управлять своими движениями.

*Оборудование: атрибут для подвижной игры с изображением собаки.*

*Подвижная игра: «Лохматый пес»*

*Ход игры:* дети встают в шеренгу на одной стороне зала, напротив них, на другой стороне расположился «пес» - игрушка или ребенок в маске собаки. Воспитатель с детьми проговаривают стихотворение и в соответствии с текстом выполняют имитационные упражнения, продвигаясь в прямом направлении к псу.

*Вот сидит лохматый пес*

Дети идут в прямом

направлении к игрушке;

*В лапы свой зажавши нос.* Останавливаются,  
закрывают ладонями нос;

*Тихо, мирно он сопит:*

*Толи дремлет, толи спит.* Изображают спящего  
пса;

*Подойдем к нему – разбудим,* Подходят ближе к  
игрушке, хлопают в ладоши.

*И посмотрим, что же будет*

«Пес проснулся и лает», дети разворачиваются и убегают в  
прямом направлении к своему месту, в противоположной  
стороне зала.

*Усложнение:* ребенок, изображающий собаку, старается  
догнать ребят.

#### *ОРУ без предметов: «Собачка»*

1) «Ушки на макушке».

И. П. – о. с., кисти рук прижаты к голове, пальцы вместе;

1-2 – сгибаем кисть правой руки вперед, выпрямляем;

3-4 – сгибаем кисть левой руки вперед, выпрямляем.

Дозировка – 5-6 раз.

Выполняя упражнение, проговариваем:

*«У собачки ушки на макушке».*

2) «Поддай лапку».

И. П. – стойка на четвереньках;

1 – поднять вперед правую руку и левую ногу, «поддай лапку»;

2 – вернуться в И. П.;

3-4 – то же, левую руку и правую ногу.

Дозировка – 3-4 раза.

3) «Помаши хвостиком».

И. П. – то же;

1-7 – активные движения тазобедренным суставом вправо-влево,  
смотреть вперед, голову не наклонять;

8 – отдохнуть.

Дозировка – 3-4 раза.

4) «Возьми лакомство».

И. П. – сед на коленях и пятках, руки опущены;  
1 – выпрямиться на коленях, потянуться, поднять руки вверх, хлопнуть, «возьми лакомство»;

2 – И. П.

Дозировка – 5-6 раз.

5) «Собачки-циркачи».

И. П. – о. с.;

1-2 – прыжок на двух ногах вправо-влево;

Дозировка – 10-12 раз; покружиться на месте.

1-2 – прыжки на двух ногах вперед-назад;

Дозировка – 10-12 раз; покружиться на месте.

### ***Тема занятия: «Лес в жизни человека и животных»***

*Задачи:*

1. Совершенствовать деятельность органов чувств, накапливать представления об окружающем мире.

2. Развивать произвольное внимание, речь детей.

3. Воспитывать умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

*Оборудование: атрибут для подвижной игры с изображением волка.*

*Подвижная игра: «Зайцы и волк»*

*Ход игры:* дети стоят рядом друг с другом на одной стороне площадки. На другой стороне находится «волк» - ребенок или игрушка. Дети проговаривают стихотворение и в соответствии с текстом выполняют двигательные задания, продвигаясь в прямом направлении.

*Зайцы скачут скок-поскок  
продвигаясь в прямом*

*На зеленый на лужок,*

*Дети прыгают на двух ногах,*

*в направлении к «волку»;*

*Травку щиплют, кушают,* приседают, постукивают пальцами по полу «щиплют травку», имитируют движения «кушают»;

*Осторожно слушают* дети выпрямляются, прикладывают ладони к ушам

Поворачиваются вправо-влево;

*Не идет ли серый волк.* После слова «волк», дети разворачиваются и убегают на место на противоположную сторону площадки.

*Усложнение:* роль «волка» исполняет ребенок. После слова «волк» он начинает рычать и бежит за детьми, стараясь их забаштать.

### ОРУ «Лес»

1) «Ёлочка».

И. П. – о. с.;

1-3 – встать на носки, поднять руки вверх, пальцы растопырить «иголочки»;

4 – И.П.

Дозировка – 5-6 раз.

2) «Дубок качается».

И. П. – ноги врозь, руки в стороны;

1 – наклониться вправо, оторвать от пола левую ногу, носок оттянуть, удержать равновесие;

2 – И. П.;

3-4 – то же, влево, приподнять правую ногу;

Дозировка – 6 раз.

3) «Березка».

И. П. – стойка на коленях, руки вдоль туловища;

1-2 – наклонить корпус назад, на пятки не садиться, удерживать равновесие, смотреть вперед;

3-4 – медленно вернуться в И. П.

Дозировка – 5 раз.

4) «Брёвнышко».

И. П. – лежа на спине, руки вдоль туловища;

- 1 – перевернуться через правое плечо на живот;
  - 2 – перевернуться через левое плечо на спину;
  - 3 – перевернуться через левое плечо на живот;
  - 4 – перевернуться через правое плечо на спину;
- Дозировка – 4-5 раз.

5) «Ёлочки – пенёчки».

И. П. – о. с.;

- 1 – прыжком принять положение ноги врозь – руки в стороны, «ёлочки»;
  - 2 – прыжком принять положение полуприсяд, руками обхватить колени, «пенёчки»;
- Дозировка 10-12 прыжков.

6) «Ветер веточки качает».

И. П. – о. с., руки вверху;

- 1 – покачивание вправо, туловище вперед не наклонять, вдох;
- 2 – покачивание туловища влево, выдох «ш-ш-ш», «ветерок шумит».

Дозировка 4-5 раз.

### ***Тема занятия: «Котятки»***

*Задачи:*

1. Уточнять представления детей о внешних свойствах обруча: их форме, цвете, материале, размере.
2. Развивать пространственную ориентацию.
3. Воспитывать умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

*Оборудование:* разноцветные пластиковые шарики, корзины или обручи разного цвета (жёлтый и зелёный).

*Подвижная игра: «Котятки и клубочки»*

*Ход игры:* на одной стороне зала стоят корзины (обручи) и игрушки-котики. На противоположной стороне зала рассыпаны

шарики жёлтого и зелёного цвета. Воспитатель с детьми стоит рядом с игрушками и проговаривает:

*«Наши котики играли и клубочки растеряли.*

*С вами дружно мы пойдем, все клубочки соберем.*

*Раз, два, три – все клубочки собери».*

Девочки собирают жёлтые клубочки, а мальчики – зелёные. Дети подходят (подбегают) к шарикам, берут по одному шарiku и несут к корзинам (обручам), соответствующего цвета.

*Усложнение:* шариков больше по количеству, чем детей и разные по цвету (синие, красные, жёлтые и зелёные), игра заканчивается, когда ребята соберут все клубочки в корзинки.

*ОРУ с шариками, клубочками: «Весёлые клубочки»*

1) «Стук-постук».

И. П. – о. с., шарик в опущенных руках;

1 – руки в стороны;

2 – руки вверх, стукнуть шарик о шарик;

3 – руки в стороны;

4 – И. П.

Дозировка – 5-6 раз.

2) «Клубочки непоседы».

И. П. – о. с., руки с шариками за спиной;

1 – поворот вправо, руки вытянуть вперед;

2 – И. П.;

3 – поворот влево, руки вытянуть вперед;

4 – И. П.

Дозировка – 4-5 раз.

3) «Покатались клубочки».

И. П. – сидя, ноги вытянуты вперед, шарик у стоп;

1-2 – поднять ноги вверх, шарик должен прокатиться до живота, шарик поймать;

3-4 – наклониться вперед, положить шарик к стопам.

Дозировка – 5 раз.

*Усложнение:* положить два шарика.

4) «Прокати клубочки».

И. П. – сед по-турецки;

1-4 – прокатить шарики вокруг ног вправо;

5-8 – прокатить шарики влево;

Дозировка – 4 раза.

5) «Передай клубочек».

И. П. – о. с., руки в стороны с шариками;

1– поднять правую ногу, согнутую в колене, стукнуть шариками под коленом;

2 – И. П.;

3 – поднять левую ногу, согнутую в колене, стукнуть под левым коленом,

4 – вернуться в И. П.

Дозировка – 5 раз.

6) «Не урони клубочек».

И. П. – о. с., шарик зажат между стоп;

Прыжки с шариком 10-12 раз 2 раза.

### ***Тема занятия: «Веселый мяч»***

*Задачи:*

1. Закреплять знания о геометрической форме, цвете, величине, материале, назначении шаров.
2. Развивать и закреплять двигательные умения детей в ходьбе, беге змейкой, подпрыгивании вверх.
3. Учить, самостоятельно, работать с заданным оборудованием, выполнять самомассаж.
4. Воспитывать у детей самостоятельность, организованность, двигательное творчество.

*Оборудование:* мячи резиновые и гелевые, шарик, цветные конусы, обручи, фитболы, сухой бассейн, гимнастическое бревно, маты, мягкие модули геометрической формы, дуга для подлезания, массажные кольца, гимнастическая скамейка.

*Ход занятия:*



Построение, проверка осанки, приветствие.

Воспитатель: «Ребята, отгадайте загадку:

«Он и круглый,

Он и гладкий,

Скачет мой веселый» (мячик).

Молодцы! А какой по форме мяч? Правильно – это шар, это объемная фигура. А если нарисовать мяч на листе, какую фигуру мы получим? Правильно, круг. Мячик может прыгать? Почему? (без углов, надут, резиновый и т. д.). Давайте, проверим».

Дети самостоятельно берут мячи. Мальчики резиновые, девочки – гелевые.

### ***Вводная часть.***

Ритмическая ходьба с мячами под музыку: на носках, мяч вверху; на пятках, мяч за головой; в полуприсяде, мяч в вытянутых руках; ходьба с катанием мяча перед собой двумя руками; ползание на четвереньках, толкая мяч головой.

Подвижная игра-упражнение «Возьми мяч» на развитие ловкости, умения ориентироваться в пространстве. Дети под музыку бегают в рассыпную. В центре зала лежат 3-4 обруча, в которых находятся мячи. Мячей по количеству меньше, чем играющих. По сигналу дети берут из обруча любой мяч и поднимают его вверх. Ребятам, которым не хватило мяча говорят хором: «Петя, Валя, не зевай, быстро мячик поднимай!».

Игра повторяется 3-4 раза. Последний раз мячей столько, сколько играющих.

Воспитатель: «Молодцы! пусть мячи нас подождут. А у нас разминка».

### ***Основная часть.***

Перестроение в колонну по два.

Общеразвивающие упражнения по типу логоритмики «Руки в стороны...».

Воспитатель с детьми четко проговаривают стихотворение и выполняют движения. Упражнение повторяют 2-3 раза.

Руки в стороны,

*Руки в стороны*  
Согнули,  
*Согнули в локтях, кисти к плечам*  
Вверх подняли, помахали.  
*Поднять, встряхнуть кисти*  
Спрятали за спину их.  
*Спрятать за спину «палочкой»*  
Оглянулись через левое плечо,  
*Поворот головы влево*  
Через правое еще.  
*Поворот вправо*  
Дружно присели, пяточки задели,  
*Присед, задеть пятки руками*  
Поднялись, руки ввысь.  
*Подняться на носочки, руки вверх.*

Воспитатель: «Разминку провели вы очень ловко. А чтобы попасть в страну веселых мячей надо препятствия пройти. Не зевай и задания выполняй».

Основные движения проводятся поточным способом 3-4 раза:

1. Ползание по гимнастическому бревну на четвереньках.
2. Ходьба змейкой между геометрических фигур (по пути дети называют эти фигуры) и ходьба по мягкой опоре (по квадратам и кругам).
3. Подтягивание по скамейке на животе.
4. Перешагивание через бортик – пролезание под дугу – прыжок вверх (достаю мяч).

Воспитатель: «Вот, какие ловкие ребята! Посмотрите вокруг (показывает на фитболы и сухой бассейн), как много у нас в зале различных мячей. Это и есть страна веселых мячиков! Давайте с ними поиграем, а то они без нас скучали».

Дети делятся на две подгруппы. Одна подгруппа детей самостоятельно выполняет прыжки на фитболах, а вторая

«купается» в сухом бассейне (массаж основных групп мышц). Затем подгруппы меняются местами.

Воспитатель: «Ребята, а теперь возьмите из сухого бассейна один шар любого цвета (красный, синий, желтый). Поиграем в игру *«Найди свой цвет»*.

Дети подходят к конусу того цвета, какого цвета у них шар и выстраивают колонну. Под музыку дети бегают врассыпную, а воспитатель меняет конусы местами. По окончании музыки каждый должен найти свой конус и встать самостоятельно в колонну. Выигрывает та колонка, которая быстрее построится.

### ***Заключительная часть.***

Воспитатель: «А сейчас, мы с вами превратимся в воздушные шарики.

Упражнение на релаксацию «Я воздушный шарик». Набрали через нос воздух и надули щеки – «я шарик». Послушайте музыку и представьте, как вы летаете по небу: высоко, легко, плавно, долетели до холодного воздуха и шар лопнул! Вы опустились на землю».

Дети, имитируют полет шарика по воздуху, как он лопается и опускается. Повторить 2 раза.

Построение, проверка осанки. Сюрпризный момент.

### ***Тема занятия: «Кто построил этот дом»***

*Задачи:*

1. Закреплять понятия: высокий, длинный.
2. Развивать координацию и мелкую моторику, умение двигаться врассыпную и реагировать на сигнал.
3. Развивать коммуникативные способности.

*Оборудование:* кубики, по два одного цвета на каждого ребенка (синие, красные, жёлтые), обручи (красный, синий, жёлтый).

### ***Подвижная игра: «Цветной дом»***

*Ход игры:* дети с кубиками в руках под музыку бегают врассыпную. Обручи лежат вдоль одной стороны зала. Музыка

останавливается, воспитатель произносит: «*Цветной домик собери. Раз, два, три*». Ребята подбегают к обручу, соответствующему цвету кубиков и строят свой дом в обруче. Дом дети строят по своему желанию – высокий или длинный, кубики надо ставить рядом друг с другом.

*Усложнения:* добавить элемент соревнования – какая группа «строителей» быстрее выстроит длинный или высокий дом.

#### ОРУ с кубиками: «Строим дом»

1) «Кирпичики».

И. П. – о. с., в руках кубики;

1 – поднять руки в стороны;

2-6 – руки вверх, 5 хлопков кубиками, дети громко ведут

счет;

7 – руки в стороны;

8 – И. П.

Дозировка – 5 раз.

2) «Покажи кирпичики».

И. П. – ноги на ширине плеч, руки за спиной;

1 – повернуться вправо, руки в стороны, сказать «вот»;

2 – И. П.

3-4 – то же, влево;

Дозировка – 5-6 раз.

3) «Забиваем гвоздики».

И. П. – о. с., руки в стороны;

1 – поднять правое колено, стукнуть кубиками под коленом;

2 – И. П.;

3-4 – то же, стукнуть кубиками под левым коленом;

Дозировка – 5-6 раз.

4) «Строим дом. Кран».

И. П. – сидя, ноги вместе, кубик зажат стопами, руки в упоре сзади;

1-3 – поднять ноги, удерживать кубик, смотреть на кубик;

4 – И. П.;

Дозировка – 5 раз. Можно попробовать поднять два кубика.

5) «Передай кубик».

И. П. – лежа на спине, кубик зажат стопами, руки вверху;

1 – поднять ноги с кубиком, поднять руки вперед, взять кубик в руки

2 – И. П., кубик в руках;

3 – сесть, положить кубик между стоп;

4 – И. П.

Дозировка – 4-5 раз.

б) «Прыжки через забор».

И. П. – о. с., дети ставят кубики рядом «забор»;

Прыжки через кубики с поворотом на 180 градусов – 10-12 прыжков.

Прыжки через кубики боком – 10-12 прыжков.

### ***Тема занятия: «Здравствуй, Зимушка – Зима»***

*Задачи:*

1. Формировать двигательную координацию.

2. Развивать умение двигаться под музыку.

3. Воспитывать инициативность, самостоятельность.

*Оборудование: бумажные снежинки.*

*Подвижная игра: «Снежинки»*

*Ход игры:* дети стоят в кругу или врассыпную, они «снежинки». Звучит вальсовая мелодия, воспитатель с детьми проговаривают стихотворение и дети выполняют имитационные движения в соответствии с текстом:

*«Снежинки, снежинки по небу летят.*  
движениями рук, дети

Маховыми

*Снежинки, снежинки на землю хотят.*  
полёт снежинок.

изображают

*Ветер дует все сильнее,*  
на месте.

Кружатся

*Снежинки кружатся быстрее.*  
за другом по кругу,  
*Метель....*

Бегут друг

имитируя полёт снежинок.

*Ветер стих – стало тихо кругом.* Подбегают в  
центр круга и приседают. *Снежинки слепились в большой  
снежный ком».*

*Усложнение:* дети двигаются в рассыпную, не наталкиваясь друг на друга.

#### ОРУ с бумажными снежинками

1) «Снежинки летают».

И. П. – о. с., в руках снежинки;

1 – поднять руки через стороны вверх, встать на носки,  
потянуться, соединить снежинки над головой;

2 – вернуться в И. П.

Дозировка – 5-6 раз.

2) «Снежинки летели и на коленки сели».

И. П. – о. с., руки в стороны;

1 – поднять правое колено, снежинки к колену;

2 – И. П.

3-4 – то же, левое колено;

Дозировка – 5 раз.

3) «Снежинки летели и на землю сели».

И. П. – ноги на ширине плеч, руки со снежинками вверх;

1 – наклон вниз, достать снежинкой пол;

2 – И. П.

Дозировка – 5 раз.

4) «Снежинка летела и на голову села».

И. П. – о. с., снежинка на голове.

1-4 – покружиться со снежинкой на голове (вправо-влево);

5-8 – пружинящие приседания со снежинкой на голове.

Дозировка – 3 раза.

5) «Перепрыгни сугроб».

И. П. – о. с., снежинки на полу перед ребенком;

Пружки в длину через одну, через две снежинки.

Дозировка – 10-12 прыжков.

б) «Сдуй снежинку».

И. П. – о. с., снежинки лежат на ладонях перед лицом;

1 – вдох;

2-3 – длинный выдох, сдуть снежинку с ладоней;

4 – поднять снежинку, И. П.

Дозировка – 3-4 раза.

### ***Тема занятия: «Зимние развлечения»***

*Задачи:*

1. Закреплять навыки выполнения логоритмических упражнений.

2. Развивать умение выполнять знакомые двигательные действия в игровых упражнениях, самостоятельно контролируя их правильность.

3. Формировать правильную осанку с помощью игровых упражнений и специальных заданий.

4. Развивать двигательное творчество, чувство равновесия.

*Оборудование: цветные конусы, мат, туристические коврики, разметка геометрическими фигурами.*

*Ход занятия:*

Построение, проверка осанки. Приветствие.

Воспитатель обращается к детям:

«На дворе зима,

Заморозила дома.

На деревьях иней,

Лед на речке синий!

Бегут ребята на каток,

С горы на санках мчатся

Скрипит снежок

И мы сейчас начнем тренироваться!»

Ребята, сегодня у нас не обычное занятие, а зимние забавы на снежном стадионе. Стадион перед вами, нужно только «засыпать» его снегом». Подводящая к занятию игра «Снежок»: под музыку дети показывают, как летит и падает на землю снежок.

***Вводная часть.***

Воспитатель:

«Надо нам на стадион войти,  
Но есть препятствие в пути.  
Только сильный, смелый, ловкий  
Может этот путь пройти».

Ходьба с заданиями под ритмичную музыку. На носках с хлопками; с высоким подниманием колена («через сугробы мы шагаем, ноги выше поднимаем»), руки на поясе; с захлестом голени («нужно снег стряхнуть с ноги не мешал чтоб он в пути»); в полном присяде («в снежный туннель пройдешь, головы не разобьешь»); ходьба в колонне.

Игровое упражнение с бегом «Снежинки летят». Игра повторяется 2-3 раза. Играющие под музыку выполняют задания:

Снежинки, снежинки по ветру летят,  
*Легкий бег на носках*  
Снежинки, снежинки на землю хотят,  
А ветер дует все сильней  
*Бег с поворотом вокруг себя*  
Снежинки кружатся быстрей.  
Ветер утих, стало тихо кругом,  
*Бег к ориентире, приседание*  
Снежинки слетелись в большой снежный ком.  
*около него, «сугроб»*

Ходьба в колонне с восстановлением дыхания, упражнение «Выпускаем пар».

Воспитатель: «Сделали глубокий вдох, губы собрали в «трубочку» и выпустили воздух, полный выдох. На морозе



теплый воздух превращается в пар. Кто больше воздуха выпустит, у того пара будет больше. Молодцы! Вот мы и на зимнем стадионе».

***Основная часть.***

Построение в круг.

Воспитатель: «А сейчас мы с вами слепим снеговика. Все готовы?»

Проводится игровое упражнение по типу логоритмики «Снеговик». Игра проводится 2 раза.

Снега мы возьмем немножко,  
*Сжимание и разжимание кистей рук*  
Снежки слепим мы в ладошках.

*Пожимание ладоней*

Дружно ими побросались –  
*Имитация метания двумя руками*

Наши руки и размялись.

*Встряхнуть руки*

А теперь пора творить,

*Ходьба на месте*

Снеговика пора лепить.

Ком за комом покатали,

*«Катим» снежный ком*

Друг на друга водрузили,

*«Ставим» один ком на другой*

Сверху третий, малый ком.

*Поднялись на носки*

Снег стряхнули с рук потом.

*Встряхивание рук, с наклоном вниз*

*Основные движения*

Воспитатель:

«Кто умеет веселиться,

Тот мороза не боится.

Берем фитболы. Это наши снежные кони».

Самостоятельные прыжки на фитболах. Педагог контролирует правильную посадку на мяче и самостоятельное передвижение детей по залу.

Воспитатель:

«Лишь стукнет зима  
Нам в окошко снежком,  
Мы санки берем –  
И на горку - бегом».

Дети берут туристические коврики («санки»). Расходятся на обозначенные места на ковре (на ковре и на туристических ковриках наклеены геометрические фигуры; ребенок подходит к той геометрической фигуре на ковре, которая совпадает с его фигурой на коврик) и садятся на коврики. Проводятся упражнения, укрепляющие мышечный корсет.

1. «Легли на сани»

И. П. – лежа на животе, руки перед грудью, подбородок на кистях рук

1-2 – прогнуться, поднимая голову и плечи

3-4 – И. П.

Повторить 5-6 раз.

2. «Разгоняем сани»

И. П. – сидя на пятках, руки в упоре впереди

1 – покачиваясь вперед, встать на четвереньки

2 – И. П.

Повторить 8 раз.

3. «Ветер в лицо»

И. П. – стоя на коленях, руки свободно

1 – отклонить туловище назад с прямой спиной

2 – И. П.

Повторить 5-6 раз.

4. «Поехали»

И. П. – сидя, руки согнуты в локтях, прижаты к туловищу

1-4 – поочередно двигая бедрами продвигаться вперед

5-8 – то же, двигаясь назад

Повторить 4-5 раз.

Подвижная игра «Льдинки, ветер и мороз». Дети встают в круг и, хлопая в ладоши, приговаривают:

Холодные льдинки,  
Прозрачные льдинки  
Сверкают, звенят:  
Дзинь, дзинь...

По команде «Ветер!» играющие разбегаются в рассыпную. На сигнал «Мороз!» становятся в кружок. Игра повторяется 3-4 раза.

### ***Заключительная часть.***

Воспитатель: «Вот и закончились наши забавы на зимнем стадионе. Пора и в группу возвращаться. Как же мы найдем дорогу? Пойдем по следам и тропинкам».

Корригирующая ходьба по звуковым массажным дорожкам, по следкам, по гимнастическому мату.

Воспитатель:

«Вот мы и в садике.  
Повела зима над нами  
Снеговыми рукавами.  
Мы на лыжах бегать будем,  
Мы с горы кататься любим,  
Потому что всем нам очень,  
Очень нравится зима!»

### ***Тема занятия: «Зимние развлечения»***

*Задачи:*

1. Развивать моторику.
2. Умение реагировать на сигнал.
3. Закреплять умение бежать в прямом направлении, не наталкиваясь друг на друга.

*Оборудование:* игрушка Деда Мороза.

### *Подвижная игра: «Дед Мороз»*

*Ход игры:* дети встают на одной стороне зала в линию, напротив них на другой стороне находится игрушка деда Мороза. Дети проговаривают текст и в соответствии со словами выполняют движения.

*Греем щеки,* Дети круговыми движениями поглаживают щеки;

*Греем нос.* Пальцами рук,растирают нос

*Нам не страшен Дед Мороз.* Грозят пальцем

После этого дети подходят к игрушке Деда Мороза. Воспитатель берет игрушку и говорит: «Заморожу!». Дети убегают в прямом направлении на свои места, не наталкиваясь друг на друга и не мешая друг другу.

*Усложнение:* дети проговаривают текст вместе с воспитателем, игрушку держит в руках ребенок – он «Дед Мороз».

ОРУ с мягкими снежками (из ваты или поролона),  
можно заменить мягкими массажными мячиками

1) «Снега мы возьмем немножко и сожмем его в ладонках».

И. П. – о. с., снежок в правой руке, руки в стороны;

1-7 – вытянуть руку в сторону, сжимать снежок в кисти;

8 – переложить снежок над головой в левую руку;

9-16 – то же левой рукой;

Дозировка – 3-4 раза.

2) «Раскатаем снежный ком».

И. П. – о. с., снежок в ладонях перед собой;

1-7 – катать снежок в ладонях вперед-назад;

8 – И. П., отдохнуть;

9-16 – катать снежок по кругу;

Дозировка – 2-3 раза.

3) «Подними снежок».

И. П. – сидя, ноги вытянуты вперед, снежок зажат стопами, руки в упоре сзади;

1-3 – поднять ноги, удерживать;

4 – вернуться в И. П.;

Дозировка – 5-6 раз.

4) «Сугроб».

И. П. – лежа на спине, руки в стороны, снежок в правой руке;

1-2 – согнуть ноги, обхватить руками, передать снежок в левую руку, приподнять голову;

3-4 – вернуться в И. П., отдохнуть;

5-8 – то же, снежок передать в правую руку;

Дозировка – 4-5 раз.

5) «Покатаемся в снегу».

И. П. – лежа на животе, руки вытянуты вперед, в ладонях зажат снежок;

1 – перевернуться на спину через правое плечо;

2 – перевернуться на живот через левое плечо;

3-4 – то же в другую сторону;

Дозировка – 5 раз.

б) «Брось – поймай».

И. П. – о. с., снежок в правой руке перед собой;

1-8 – подбрасывание и ловля снежка, переложить в левую руку;

9-16 – подбрасывание и ловля снежка, переложить в правую руку;

Дозировка – 2 раза.

### ***Тема занятия: «Весна. Прилет птиц»***

#### ***Задачи:***

1. Уточнять представления детей о внешних свойствах обруча: их форме, цвете, материале, размере.
2. Закреплять умение двигаться в рассыпную, не наталкиваясь друг на друга, реагировать на сигнал.

3. Развивать пространственную ориентацию, быстроту, ловкость.

4. Воспитывать организованность, самостоятельность.

*Оборудование:* малые обручи по количеству детей.

*Подвижная игра:* «Птички в гнёздах»

*Ход игры:* дети – «птички» стоят в обручах, обручи – «гнездышки» разложены по всему залу. По сигналу воспитателя: «Полетели!» дети выпрыгивают из обручей и бегают врассыпную по залу – «птички летают», не наступая на обручи, и не наталкиваясь друг на друга. По сигналу воспитателя: «Птички в гнёзда!» дети «залетают» - встают в свой обруч.

*Усложнение:* встать в любой свободный обруч. Можно убрать один обруч и ребенку, которому не хватило обруча дети говорят: «Птичка, птичка не зевай, быстро в гнездышко залетай». Разложить разные по цвету обручи: девочки встают в зеленое гнездышко, а мальчики – в синее.

ОРУ с обручем

1) «Посмотри на вверх».

И. П. – о. с., обруч в двух руках перед грудью, хватом сбоку;

1 – поднять руки с обручем вверх, посмотреть в обруч, потянуться;

2 – вернуться в И. П.

Дозировка – 5-6 раз.

2) «Скворечник на ветке качается».

И. П. – ноги на ширине плеч, руки вверху, обруч держим широким хватом сбоку;

1 – наклон вправо, руки не сгибать, обруч на голову не надевать;

2 – И. П.

3-4 – то же, влево;

Дозировка – 4-5 раз.

3) «Птички залетают в гнездышко».

И. П. – о. с., обруч перед собой, хватом сверху;

1 – зайти правой ногой в обруч;  
2 – зайти левой ногой в обруч, обруч оказался за ногами;  
3-4 – прокрутить обруч над головой, вернуться в И. П.;  
Дозировка – 4-5 раз.

4) «Длинные лапки».

И. П. – сидя в обруче, ноги согнут в коленях, руки в упоре  
сзади;

1 – выпрямить ноги вверх;  
2 – положить ноги на обруч;  
3 – поднять прямые ноги вверх;  
4 – согнуть колени, И. П.

Дозировка – 5-6 раз.

5) «Прокрути гнездо».

И. П. – о. с., обруч в вытянутой правой руке стоит на полу;

1-7 – прокрутить правой кистью обруч;

8 – взять обруч в левую руку;

9-16 – то же, левой кистью;

Дозировка – 4 раза.

6) «Попрыгунчик».

И. П. – о. с., обруч перед собой на полу;

Прыжки через обруч. Чередовать с хождением по ободку  
обруча приставным шагом.

Дозировка – 2 раза по 8-10 прыжков.

### ***Тема занятия: «Море и его обитатели»***

#### ***Задачи:***

1. Уточнять представления детей о внешних свойствах ленточек: их форме, цвете, материале, размере.

2. Развивать скоростно-силовую выносливость, внимание, ловкость.

3. Воспитывать умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

*Оборудование:* цветные ленточки по количеству детей, шапочка акулы, коврики.

*Подвижная игра: «Акула и рыбки»*

*Ход игры:* считалкой выбирают водящего «Акулу». Остальные дети – «рыбки» с хвостиками (хвостики - ленточки).

*Считалка:* Рыбки плавали, плескались и  
Акулу испугались.

Раз, два, три,  
а акулой будешь ты.

*Дразнилка:* В Коралловых рифах акула сидит  
На маленьких рыбок акула глядит.  
А ну не зевай, скорей выплывай,  
И маленьких рыбок ты догоняй.

«Рыбки» дразнят «Акулу», которая сидит в противоположной части зала. По сигналу «Акула» дети разбегаются по всему залу. «Акула» догоняет детей, снимая цветные ленточки со спины, превращая «Рыбок» в «Кораллы». «Кораллы» поднимают руки вверх и замирают. В конце игры подсчитывают цветные ленточки, которые сорвала «Акула» со спины «Рыбок».

*ОРУ на ковриках: «Мы на лодочке плывем»*

1) «Волны качаются раз...».

И. П. – стоя на коврике, ноги на ширине плеч, руки на поясе;

1 – качнуться влево, правая нога на носок;

2 – качнуться вправо, левая нога на носок;

Дозировка – 5-6 раз.

2) «Лодку качало, но мы не упали».

И. П. – сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади;

1 – согнуть ноги, стопы оторвать от пола, обнять их руками;

2 – И. П.

Дозировка – 5-6 раз.

3) «Лодочка плывет».



И. П. – сидя, ноги вместе чуть согнуты в коленях, руки согнуты в локтях;

1 – приподнять правую ногу, продвинуться вперед;

2 – приподнять левую ногу, продвинуться вперед;

Дозировка – 4 раза.

То же – продвигаемся назад.

Дозировка – 4 раза.

Повторить всё упражнение – 2-3 раза.

4) «В лодочке лежали и морскую звезду увидали».

И. П. – лежа на спине, руки вытянуты вверх;

1 – развести руки в стороны, ноги врозь, «морская звезда»;

2 – И. П.

Дозировка – 5-6 раз.

5) «Загорали, ножками болтали».

И. П. – лежа на животе, руки под подбородком, согнуты в локтях;

1-3 – сгибать и разгибать ноги, «ножками болтали»

4 – И. П., отдохнуть;

5-7 – приподнять над полом плечи, голову, руки, ноги лежат на коврикe, имитировать движения пловца брассом;

8 – И. П., отдохнуть;

Дозировка – 3-4 раза.

6) «Волны лодочку качали, мы немножечко устали».

И. П. – лежа на животе, руки вдоль туловища;

1-7 – лежа на животе, руки вытянуть вверх, потянуться;

8 – И. П.;

Дозировка – 5 раз.

7) «Выпрыгиваем из лодочки».

И. П. – полный присед;

1 – выпрыгиваем вверх, руки вверх;

2 – И. П.

Дозировка – 6-8 раз.

### ***Тема занятия: «Такие разные насекомые»***

#### ***Задачи:***

1. Уточнять представления детей о внешних свойствах обруча: форме, цвете, материале, размере.
2. Развивать умение ориентироваться в пространстве, находить своё место.
3. Воспитывать инициативу, творческие способности.

*Оборудование:* малые обручи по количеству детей, сачок.

#### ***Подвижная игра: «Бабочки»***

*Ход игры:* дети – «бабочки» сидят на коленях в обруче, «бабочки на цветочке». По сигналу воспитателя – «бабочки полетели», ребята встают, выходят из обруча и в рассыпную двигаются между обручами, имитируя полет бабочек: машут руками вверх-вниз, бегают, кружатся или танцуют. После слов воспитателя: «Я сачок беру и бабочек ловлю», дети должны быстро найти в свой обруч, сесть на колени и руки прижать к туловищу – «сложить крылышки». Ребёнок - ловишка сачком пытается «поймать бабочку» - осалить. Осаленный ребенок пропускает одну игру.

*Усложнение:* обручи-цветочки могут быть разные по цвету (для девочек – красные маки, для мальчиков – синие незабудки). Обручи можно заменить на разметку на полу: цветные круги или цветочки.

#### **ОРУ на ковриках «Насекомые»**

1) «Жучок качается».

И. П. – стойка на носках, руки на поясе;

1 – перекатиться на пятки;

2 – перекатиться в И. П.;

Дозировка – 6 раз.

2) «Муравьи побежали по дорожке».

И. П. – сидя на коврике, руки в упоре сзади;

1 – согнуть правую ногу в колене;

2 – согнуть левую ногу в колене;

3-6 – протоптывание носками;

7 – выпрямить правую ногу;

8 – выпрямить левую ногу;

Дозировка – 4 раза.

3) «Жучки».

И. П. – лежа на спине, руки вверху;

1-7 – поднять согнутые в коленях ноги, поднять перед собой руки и приподнять голову, махать руками и ногами имитируя жучка на спине;

8 – И. П., отдохнуть, выпрямить ноги, руки;

Дозировка – 6 раз.

4) «Стрекоза».

И. П. – лежа на животе, руки согнуты в локтях под подбородком;

1-3 – приподнять плечи, голову, руки в стороны, «полет стрекозы», ноги от пола не отрывать;

4 – отдохнуть;

Дозировка – 6 раз.

5) «Бабочка».

И. П. – сидя, ноги согнуты в коленях в стороны, стопы соединены, руки на коленях;

1 – опустить колени до пола, помогая руками;

2 – И. П., имитировать полет бабочки;

Дозировка – 6 раз.

6) «Кузнечик».

И. П. – о. с.;

1 – прыжок вперед с одного края коврика на другой, «кузнечик прыгает через полянку»;

2 – поворот, И. П.;

Дозировка – 8-10 раз.

7) «Полет светлячков».

По команде «Ночь – светлячки летают» дети врассыпную бегают по залу, по команде «День – светлячки отдыхают» дети останавливаются и приседают.

Дозировка 3-4 раза.

**Конспект физкультурного занятия в старшей группе**  
***Тема занятия: «Юные Олимпийцы»***

**Задачи:**

1. Совершенствовать основные двигательные навыки, освоенные по программе (бег, ходьба, прыжки, ползание, «школа мяча»).
2. Формировать умения выполнять двигательные действия по схеме, алгоритму.
3. Закреплять доступные знания об истории Олимпийского движения и видах спорта.
4. Развивать самостоятельность в выполнении двигательных действий, в работе с дидактическим материалом.
5. Развивать двигательное творчество.

Интеграция образовательных областей: «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

Оборудование: «оливковые» ветви по количеству детей, конусы, резиновые мячи по количеству детей, два больших сенсорных мяча, балансиры, мягкие модули круглой формы, две корзины с шариками из сухого бассейна разного цвета, канат, свисток, пляжные мячи 2-3 штуки, цветные ленты по две на каждого ребенка, факел, дидактический материал (карточки-схемы алгоритма игры, схемы передвижений, карточки с геометрическими формами), мультимедийная установка.

*Игровая мотивация:* дети под музыку входят в зал с «оливковыми» ветвями. Построение в шеренгу.

Инструктор: Здравствуйте, я рада приветствовать юных Олимпийцев в нашем зале. Закончились летние Олимпийские игры в Лондоне, скоро начнутся зимние Олимпийские игры в

городе Сочи. И снова встретятся спортсмены со всего мира доказать свою силу и ловкость в спортивных состязаниях. А когда-то давно...

«В старину, в античном мире,  
Двадцать пять веков назад,  
Города не жили в мире,  
Шел войной на брата брат.  
И мудрейшие решили:  
Ссоры вечные страшны.  
Можно в смелости и силе  
Состояться без войны.  
Пусть в Олимпию прибудет  
Кто отважен и силен.  
Для сражений мирных будет  
Поле боя – стадион!

Спортсменов, победивших в Олимпийских играх, называли Олимпионниками. сегодня придумаем свое новое спортивное состязание, которое может войти в историю Олимпийских игр. Перед началом игр атлеты давали клятву. Вместе мы ее произнесем.

- Клянемся дружить вечно! Клянемся!
- Клянемся соперника уважать! Клянемся!
- Клянемся правила соблюдать! Клянемся!
- Клянемся играть честно! Клянемся!

С тех пор прошло много лет. Изменились спортивные состязания, появились новые спортивные игры. Мы с вами, ребята, соберем наши ветви в оливковое дерево – символ дружбы и честной игры (дети ставят «оливковые» ветви в кубок).

*Ход занятия:*

***Вводная часть.***

Построение в одну шеренгу.

Создание алгоритма игры с помощью карточек-схем.

Инструктор:

1) Для новой спортивной игры нужны игроки, спортсмены (показ карточки-схемы с изображением игроков. Назначение карточки-схемы алгоритма игры проговариваем все вместе).

2) Для игры нужно место, площадка (показ карточки-схемы с изображением площадки).

3) Для создания спортивной игры нужно выполнять основные движения (показ карточки-схемы с изображением основных движений).

Инструктор: На зеленый цвет мы ходим, желтый – прыгаем, синий ползем, красный бежим. Все команды выполняем, тренировку начинаем.

Ходьба строевым шагом, на носках, руки вверх, на пятках, руки на пояс.

Прыжки на двух ногах с продвижением, руки на поясе, «петрушки» с продвижением, руки на поясе, на правой и левой ноге поочередно.

Ползание на четвереньках, по-медвежьи.

Методические рекомендации: инструктор показывает поочередно карточки с цветными кругами, дети выполняют движение соответственно цвету.

При ходьбе сохранять правильную осанку, движения выполнять ритмично под музыку.

Прыгать ритмично, сохраняя равновесие, темп прыжков и дистанцию друг между другом.

Ползти медленно, сохраняя дистанцию, смотреть вперед.

Направление движения менять четко в соответствии со схемой передвижения.

Бежать ритмично, сохраняя правильную осанку, не шаркая ногами и сохраняя дистанцию.

Шагаем ритмично, самостоятельно восстанавливаем дыхание.

Ищем круг своего цвета и встаем на любой свободный.

Инструктор: Молодцы! А передвигаются спортсмены в разных направлениях.

4) Направления непростые, а схематичные (показ карточки-схемы с изображением направлений).

Вот зажегся красный цвет, начинаем с вами бег.

Бег с изменением направления: по кругу, противходом, «змейкой», врассыпную.

Направление меняется с показом схемы передвижения.

Ходьба врассыпную с восстановлением дыхания.

Построение по цветным ориентирам (мальчики встают на синие круги, девочки на зеленые).

### ***Основная часть.***

Инструктор: В Олимпийских играх много водных видов спорта. А на Олимпе главный в море Посейдон. Ветер посылает он.

Дыхательное упражнение на формирование ритмичного глубокого дыхания и развитие координации. Инструктор читает текст, а дети делают упражнения в ритм стиха.

Инструктор: Я Посейдон, гроза морей!

(руки опущены, ноги слегка расставлены, вдох через нос, выдох).

Хочу налево – посвищу (голова прямо - вдох, выдох с поворотом головы влево),

Хочу – направо засвищу (голова прямо - вдох, выдох с поворотом головы вправо).

Могу подуть я в облака (голова прямо – вдох, голову поднять вверх – выдох).

Пока – я волны разгоняю (вдох, круговые движения руками, выдох)

5) Инструктор: Во многих видах спорта используются предметы (показ карточки-схемы спортивных предметов)

Наш предмет – мяч. Возьмите большой резиновый мяч.

Дети встают на свои места по цветным ориентирам. (Девочки берут красные мячи, мальчики – синие).

## ОРУ с мячом

1 упражнение:

И. П. – о.с., мяч в опущенных руках;

1 – мяч вверх, потянуться

2 – И. П.

3-12 – то же упражнение в ускоренном темпе, с «пружинкой» ногами

2 упражнение:

И. П. – то же;

1 – поворот вправо, руки вперед

2 – И. П.

3-4 – то же, влево

5-16 – то же упражнение в ускоренном темпе, с «пружинкой» ногами

3 упражнение:

И. П. – то же;

1 – присед, руки вверх

2 – И. П.

3-12 – то же упражнение в ускоренном темпе и полуприсядом.

4 упражнение:

И. П. – то же;

1-8 – вращение мяча вокруг туловища, передача мяча из правой руки в левую

9-16 – передача мяча из левой руки в правую.

5 упражнение:

И. П. – ноги врозь, мяч в опущенных руках;

1-2 – наклон вниз, обводим мяч по полу вокруг левой ноги

3-4 – обводим вокруг правой ноги

6 упражнение:

Пружинящие приседания на месте с мячом.

7 упражнение:

И. П. – ноги на ширине плеч, мяч в опущенных руках;

1-16 – подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками



8 упражнение:

И. П. – осн. стойка;

1-16 – отбивание мяча правой рукой

16-32 – отбивание мяча левой рукой

9 упражнение:

И. П. – то же;

1-16 – поочередное отбивание мяча

10 упражнение:

И. П. – то же, мяч на полу у ног;

Ведение мяча вокруг цветного ориентира внутренней стороной стопы вправо и влево.

Мячи убирают в корзину.

### Основные упражнения

Дети называют физические качества.

б) Чтобы играть в спортивную игру нужно быть сильным, ловким, быстрым и внимательным (показ карточки-схемы, изображающей физические качества)

Инструктор: Мы, ребята смелые, ловкие, умелые. Апполон, первый победитель Олимпийских игр.

Его отличала красота и грация.

Но, а наше упражнение на координацию.

– Девочки берут балансиры и выполняют упражнение на координацию и ловкость «Загони мячик в центр улитки».

И. П. – стойка на балансире, ноги врозь;

С помощью вращения туловища, загнать по балансиру мячик от рожек «улитки» в центр и наоборот.

– Мальчики берут мягкие модули круглой формы и выполняют упражнение «Скульптура Апполона».

И. П. – стойка на модуле на одной ноге, руки в стороны;

1-10 – стойка на правой ноге

1-10 – стойка на левой ноге.

Затем мальчики и девочки меняются местами.

Инструктор: Геракл великой силой обладал,

Он реки камнем перекрывал.

Один из таких камней докатился и до нас. Нужно всем вместе прокатить камень до горы Олимп.

– Упражнение на развитие силы «Прокати мяч, поменяйся местами».

И. П. дети встают в две шеренги, лицом друг к другу, сенсорный тяжелый мяч у крайнего игрока.

1 – игрок, отталкивая мяч двумя руками от груди, катит мяч крайнему игроку в шеренге напротив и занимает его место

2 – игрок, получивший мяч, катит его игроку напротив и тоже занимает его место

3-7 – то же

8 – последний игрок катит мяч по диагонали на свободное место.

Инструктор: Молодцы! Очень сильные ребята.

Со скоростью ветра, спустился с небес

Порывистый, быстрый и ловкий Гермес.

Раз, два, три команды собери.

– Эстафеты на скорость и внимание.

Дети делятся в две команды самостоятельно и встают к цветным конусам, перед ними корзины с шариками из сухого бассейна.

1. «Принеси предмет».

Инструктор показывает изображение геометрической фигуры. Предмет, соответствующий этому обозначению нужно найти в корзине и быстро принести команде.

2. «Принеси предметы».

То же, что и первая эстафета, но на карточке две фигуры, разные по цвету.

3. «Кто быстрее».

То же, но инструктор показывает пустую карточку (предмет нужно убрать).

Инструктор: Вы все ребята быстрые, ловкие и внимательные. Давайте придумаем свою спортивную игру. *Повторим алгоритм игры* (на слайде показаны все карточки-

схемы). Указанный ребенок самостоятельно выбирает из набора карточки-схемы движения, направления, предмета и громко называет их.

- в игре есть участники;
- выбирается место для игры;
- выбирается основное движение (бег, прыжки, ползание);
- выбирается предмет (мячи разных размеров);
- выбирается направление перемещений по площадке;
- назначается судья (показ на слайде карточки-схемы).

Названные дети выбирают карточки и придумывают спортивную игру. Судьей назначается инструктор. На команды делиться самостоятельно.

#### *Игра по замыслу детей.*

Игра проводится с учетом составленного детьми алгоритма. Инструктор принимает участие в обсуждении игры и контролирует правильность выполнения движений, подводит итог состязаний. Обязательно объявляется результат игры, потому что в спортивной игре важна результативность.

Инструктор: Чтобы нам игру другим ребятам передать нужно ее назвать.

Дети самостоятельно придумывают название своей игры.

#### **Заключительная часть.**

Инструктор: Ребята, мы не только передадим игру своим товарищам, но и зажжем факел дружбы и символ честных и дружных Олимпийских игр.

Пусть каждый искорку возьмет и факел дружбы соберет.

Дети берут цветные ленточки и встают в круг.

Музыкально-ритмичное упражнение «Огонек».

И. П. – осн. стойка, руки с ленточками опущены;

1-8 – помахивая кистями рук вверх –вниз опускаются в присед

9-16 – помахивая кистями медленно встают и поднимают руки вверх

17-20 – кружатся вправо, руки вверху

21-24 – влево

Повторить упражнение активнее размахивая кистями.

Дети приседают и одевают ленточки на факел, изображая зажженный огонь. Встают и все вместе поднимают факел вверх.

Инструктор:

Афины дарят нам огонь священный,

Желая мира и добра.

Пусть будет символом надежды

Победа, радость и игра!

Пронесите факел дружбы через весь детский сад и научите всех детей в свою игру. До встречи!

**Педагогическая диагностика сенсомоторного развития детей  
младшего и среднего дошкольного возраста в ДОО**

**Индивидуальная карта**

№ п/п	Программное содержание					
	Сенсомоторное развитие					
1.	3-4 года					
1.1	знает части тела и органы чувств человека и их функциональное назначение					
1.2	участвует в выполнении физических упражнений и подвижных игр					
1.3	проявляет положительные эмоции, активность и самостоятельность в двигательной деятельности					
1.4	охотно участвует в закаливании					
1.5	сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости					
1.6	сохраняет равновесие при перешагивании через предметы					
1.7	может ползать на четвереньках					
1.8	может лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом					
1.9	умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление					
1.10	может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м					
1.11	может бросать мяч двумя руками от груди					
1.12	бросает мяч из-за головы					
1.13	ударяет мячом об пол					

1.14	бросает мяч вверх 2–3 раза подряд и ловить					
1.15	может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м					
1.16	умеет пользоваться физкультурным оборудованием					
1.17	различают сенсорные свойства в предметах окружающей действительности					
1.18	соотносят разнородные предметы по одному из сенсорных признаков, осуществляя выбор свойств из 2-х разновидностей					
1.19	умеют проходить по лабиринту					
1.20	останавливаются по звуковому сигналу					
2.	4-5 лет					
2.1	имеет представление о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье					
2.2	ходит свободно, держась прямо, не опуская головы					
2.3	уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие					
2.4	умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами					
2.5	в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивает на одной ноге					
2.6	ловит мяч руками, многократно					

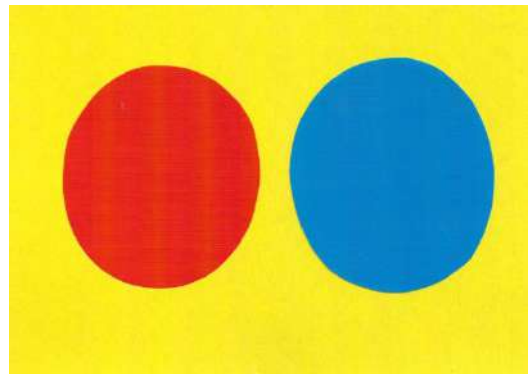
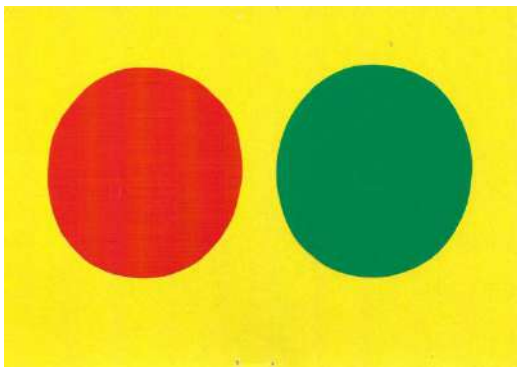
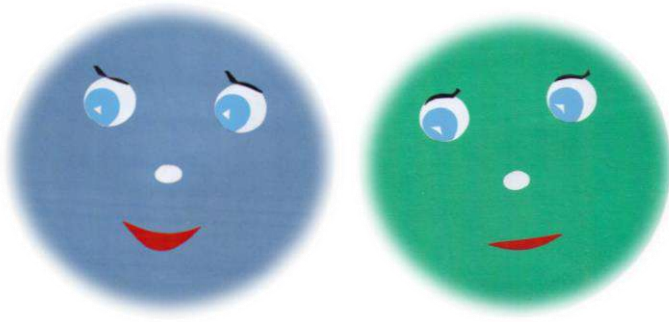
	ударяет им об пол и ловит его					
2.7	бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку					
2.8	чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет					
2.9	умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь					
2.10	соотносят разнородные предметы по цвету, величине и форме, осуществляя выбор из 3-4 возможных					
2.11	выполняют команды по звуковому сигналу					
2.12	учитывают сенсорные свойства предметов и спортивного оборудования в двигательной деятельности					
2.13						

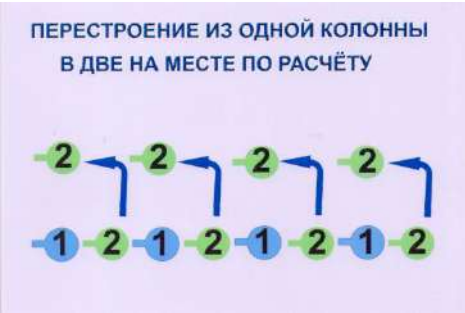
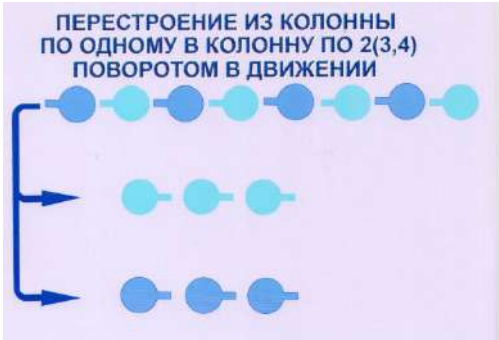
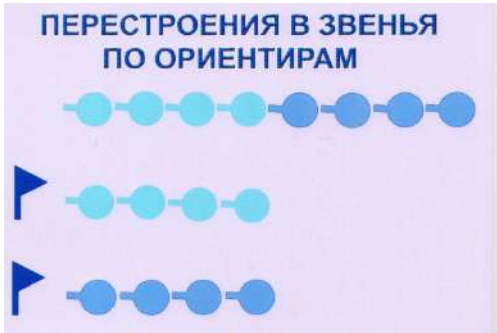
## Список используемой литературы:

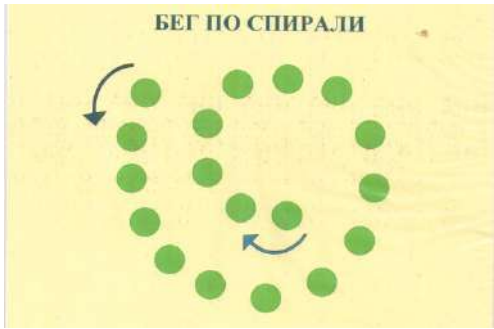
1. Вайнерман, С. М. Сенсомоторное развитие дошкольников / С.М. Вайнерман, А. С. Большов, Ю. Р. Силкин и др. – М: Владос, 2001.
2. Венгер, Л. А. Воспитание сенсорной культуры ребенка / Л.А. Венгер, Э. Г. Пилюгина, Н. Б. Венгер. – М., 1988.
3. Лебедева, А. Н. Развитие сенсомоторики детей старшего дошкольного возраста: коррекционно-развивающая программа / А.Н. Лебедева. – М.: Школьная пресса, 2004.
4. Стародубцева, И.В. Постановка задач в физкультурном образовании дошкольников //Физическая культура и спорт на рубеже тысячелетий: материалы региональной научно-практической конференции. Тюмень: Изд-во «Вектор Бук», 2001.- С. 106-108.
5. Стародубцева, И.В. Состояние проблемы диагностики физической подготовленности дошкольников г.Тюмени и Тюменской области // Инновации в управлении сферы физической культуры и спорта: материалы межрегиональной научно-практической конференции. Тюмень: Изд-во ТГУ, 2000.- С.119-120.
6. Дворова, И.В. Упражнения и занятия по сенсорно-моторному воспитанию детей 2-4-го года жизни/ И.В. Дворова, О.П. Рожков.- МПСИ Модэк, 2007.
7. Краснощёкова, Н.В. Развитие ощущений и восприятия у детей от младенчества до младшего школьного возраста. Игры, упражнения, тесты/ Н.В. Краснощёкова.- Ростов н/Д: Феникс, 2007.
8. Янушко, Е.А. Сенсорное развитие детей раннего возраста / Е.А. Янушко. - М.: Мозаика - Синтез, 2009. - 72 с.
9. Герасимова, О.Ю. Особенности психофизиологических функций у детей дошкольного возраста с различным уровнем развития: автореф. дис. ... канд. биол. наук / О.Ю. Герасимова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2006. – 21 с.

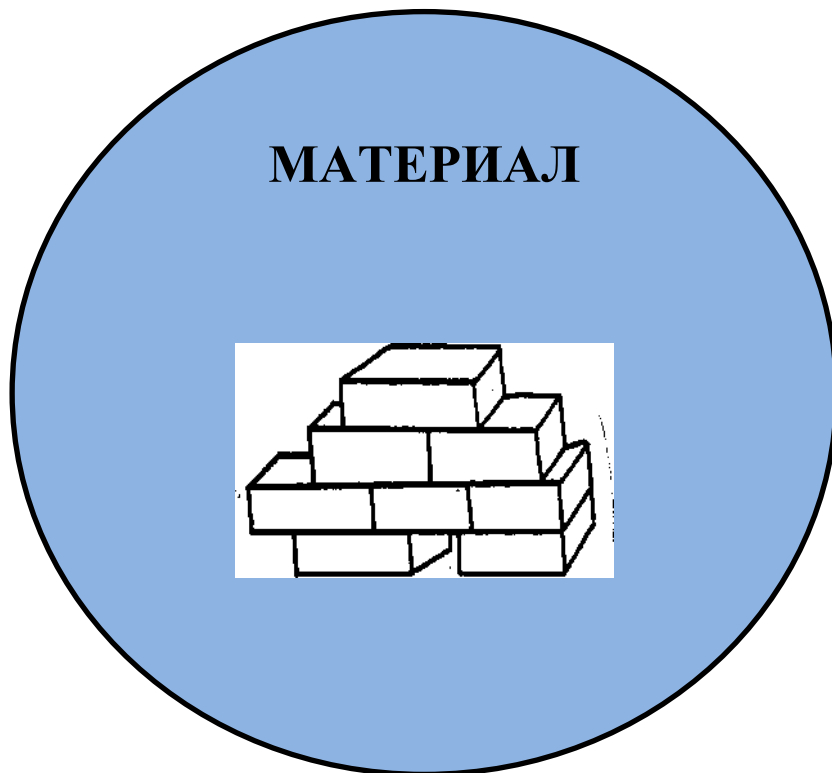
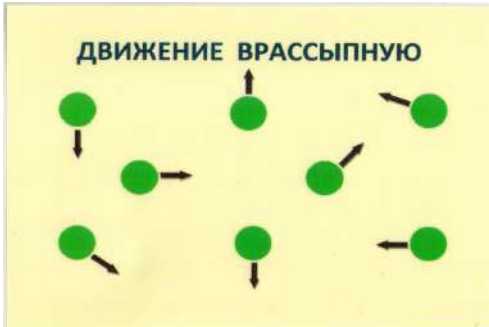
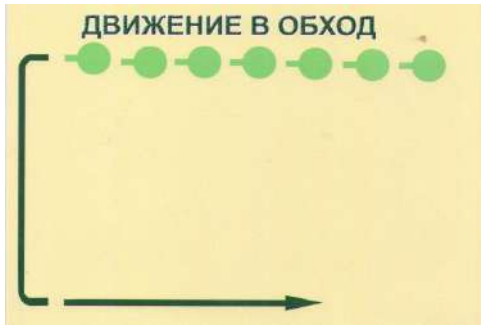


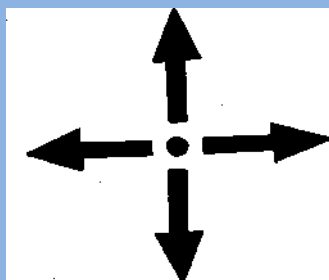
## ПРИЛОЖЕНИЕ



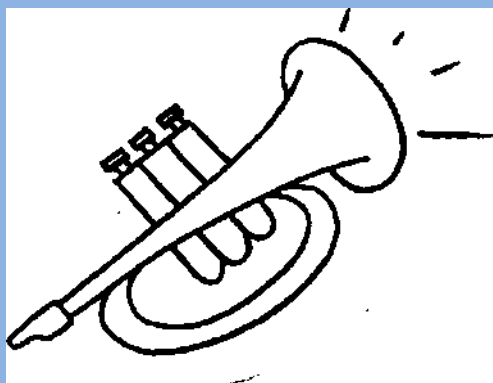






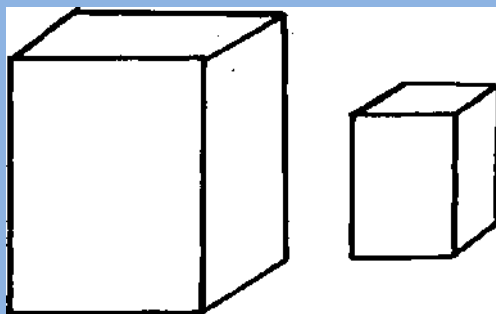


**НАПРАВЛЕНИЕ**



**ЗВУК**

**РАЗМЕР**



**МЕСТО**

**M**



**ЧАСТИ И ЦЕЛОЕ**



**ЦВЕТ**

**ДЕЙСТВИЕ  
ДВИЖЕНИЕ**



**КОЛИЧЕСТВО**





**ПРЕДМЕТ**



**ФИЗИЧЕСКИЕ  
КАЧЕСТВА**



