



**Перспективный план организованной деятельности
Аманшина Максота Биржановича на 2023-2024 учебный год на основе типового учебного плана
дошкольного воспитания и обучения и типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения**

Организация образования: Актюбинский областной специальный (коррекционный) детский сад для детей с особыми образовательными потребностями

Группа: "Солнышко» нарушением опорно-двигательного аппарата взрослая группа

Возраст детей: дети 4 лет

Период формирования плана: сентябрь 2023 год

Месяц	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Сентябрь	Лечебной физической культуре	Диагностика Стоять по одному в строю и ходить. Сопровождение инструктора по мере подачи сигнала с выполнением упражнений. При выполнении прыжковых упражнений учить держать ногу вместе и спускаться на ноги в мягкое место. Обучение соблюдению траектории закатывания мяча при выполнении метательных упражнений. Определение исходного уровня физического развития ребенка
		Оздоровительная гимнастика. Научить правильно дышать Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Развитие сочетания движений, гибкости, выносливости, быстроты, выносливости. Воспитание интересов к

	лечебной физической культуре, соблюдение правил при последовательном выполнении упражнений Гимнастические упражнения на растяжку
	Ходовые и равновесные упражнения Умение: ходить по тренировкам с помощью инструктора, менять темп движения, бегать по предметам. Развитие: Движение на ногах и каблуках, поддержание равновесия над гимнастической булавой. Езда по скользкой доске с помощью инструктора. Упражнения при ходьбе на носках и пятках. Гимнастические упражнения на растяжку Упражнения для ходьбы на гимнастическом стуле. Упражнения на баланс
	Упражнения для расслабления мышц и укрепления нервной системы Образование: Обучение мышц выполнению упражнений с помощью инструктора упражнения. Развитие сочетания движений, гибкости, выносливости, быстроты, выносливости. Воспитание интересов к лечебной физической культуре, соблюдение правил при последовательном выполнении упражнений. Упражнения на расслабление мышц головы, рук, груди, спины, таза, ног. Гимнастические упражнения на растяжку
	Упражнения для развития гибкости и растяжения головы и шеи. Обучение выполнению упражнений на голову и шею с помощью инструктора. Развитие сочетания движений, гибкости, выносливости, быстроты, выносливости. Выполнение упражнений с помощью инструктора. Формирование правильного физического согласия. Упражнения с наклонами головы вперед и назад, наклонами вправо и влево. Гимнастические упражнения на растяжку

Организация образования: Актюбинский областной специальный (коррекционный) детский сад для детей с особыми образовательными потребностями

Группа: " Солнышко» нарушением опорно-двигательного аппарата взрослая группа

Возраст детей: дети 4 лет

Период формирования плана: октябрь 2023 год

Месяц	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Октябрь	Лечебной физической культуре	Упражнения для развития гибкости и вытяжки мышц и связок рук Умение выполнять упражнения на мышцах рук с помощью инструктора по тренировкам Развитие сочетания движений, гибкости, выносливости, быстроты, выносливости. Выполнение упражнений с помощью инструктора. Формирование правильного телосложения Упражнения для суставов рук. Упражнения для вращения запястья, локтя, плечевого сустава. Гимнастические упражнения на растяжку
		Упражнения для развития гибкости и вытяжки мышц и связок позвоночника Умение выполнять упражнения с помощью инструктора по тренировкам Развитие гармонии движения, гибкости, выносливости, выносливости. Воспитание нравственных качеств, таких как уважение, доброта, забота, организованность, воспитание страстей к победе. Упражнения для суставов позвоночника. Упражнения на растяжку позвоночника и поясничных суставов. Наклоны гимнастического коврика, палки вперед и назад. Гимнастические упражнения на растяжку
		Упражнения для развития гибкости и вытяжки мышц и связок ног Навыки выполнения упражнений на мышцах ног с помощью инструктора Развитие сочетания движений, умений, гибкости, тонкости. Воспитание интересов, уважения, доброты к лечебной физической культуре.

	Упражнения для голеностопных суставов. Упражнения на растяжку голеностопных, коленных, тазобедренных суставов. Гимнастические упражнения на растяжку
	Оздоровительная гимнастика. Научить правильно дышать Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Развитие сочетания движений, гибкости, выносливости, быстроты, выносливости. Воспитание, Воспитание интереса к лечебной физической культуре, соблюдение правил при последовательном выполнении упражнений. Гимнастические упражнения на растяжку. Вынуть дыхание через глубокий нос и через рот



Организация образования: Актюбинский областной специальный (коррекционный) детский сад для детей с особыми образовательными потребностями

Группа: " Солнышко» нарушением опорно-двигательного аппарата взрослая группа

Возраст детей: дети 4 лет

Период формирования плана: октябрь 2023 год

Месяц	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Ноябрь	Лечебной физической культуре	Упражнения с мячом Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Обучение толканию мяча средним порывом, удерживанием пальцев. Развитие гармонии движения, ощущения контроля направления, скорости. Воспитание, Воспитание интереса к лечебной физической культуре, соблюдение правил при последовательном выполнении упражнений Упражнения с гимнастическим растяжением. Упражнения с мячом: движение вперед и назад над мячом, движение вправо и влево. Создание круга с посадкой на мяч вправо и влево. Бомбить мяч вперед и назад с помощью рук, менять направление
		Упражнения с шагом между препятствиями Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Шаг между препятствиями правой и левой ногами. Развитие: контроль за гармонией движения, направлением, развитие равновесных чувств, тонкости, гибкости, умений. Воспитание терпимости, нравственных качеств. Упражнения гимнастического растяжения. Пошаговое движение между препятствиями на правой и левой ногах. Катание и повторное попадание на поставленные высокие и низкие препятствия.
		Упражнения на стуле Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Тренироваться с гимнастическими палками, мячами, бумагами, подстилками в положении сидя на скамейке.

Развитие: координация движения, отслеживание направления, развитие чувства силы, равновесия, скорости реакции.

Воспитание толерантности, организованности, умения, толерантности.

Упражнения с гимнастическим растяжением. Упражнения с ногами, руками, поясными суставами, гимнастической палкой, мячом, бумагой и прочими предметами на гимнастическом стуле или на гимнастическом настиле

Упражнения для сохранения равновесия

Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Обучение поддержанию равновесия на гимнастической бревне, одному виду упражнений с мячом.

Развитие: координация движения, наблюдение за направлением, развитие равновесных чувств, темперамента, оперативности, умений.

Воспитание терпимости, организованности, гибкости, умения.

Упражнения с гимнастическим растяжением. Упражнения по поддержанию равновесия на гимнастической бревне или на полке

Организация образования: Актюбинский областной специальный (коррекционный) детский сад для детей с особыми образовательными потребностями

Группа: " Солнышко» нарушением опорно-двигательного аппарата взрослая группа

Возраст детей: дети 4 лет

Период формирования плана: декабрь 2023 год

Месяц	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Декабрь	Лечебной физической культуре	Упражнения с остановкой и ходьбой по знаку Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Пошаговое движение по настилу, движение между препятствиями, поддержание равновесия, обучение медленному бегу на велосипеде. Развитие: координация движения, наблюдение за направлением, развитие равновесных чувств, темперамента, оперативности, умений. Воспитание нравственных качеств, таких как терпимость, организованность Упражнения с гимнастическим растяжением. Езда на гимнастическом настиле, езда между препятствиями, езда по гимнастической бревне с соблюдением равновесия, медленная интенсивность на велосипеде.
		Упражнения на ходьбу и обратно Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Преодоление препятствий и умение подниматься наверх на гимнастические стулья и спускаться обратно. Развитие: гармонизация движения, поддержание трендов с чувствами к ориентации, развитие скорости и скорости. Воспитание нравственных качеств, таких как уважение к другу, милосердие, забота, организованность. Упражнения гимнастического растяжения. Пошаговое движение между препятствиями на правой и левой ногах. Посадка и повторное попадание на поставленные высокие и низкие препятствия

80 7

		С мячом упражнения Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Ношение мяча с помощью обеих рук, скатывание. Изучение упражнений с мячом. Развитие гармонии движения, следования за направлением, поддержание трендов, ускорения, динамики. Воспитание нравственных качеств, таких как уважение к другу, милосердие, забота, организованность. Упражнения с гимнастическим растяжением. Упражнения с мячом: движение вперед и назад над мячом, движение вправо и влево. Создание круга с посадкой на мяч вправо и влево. Бомбить мяч вперед и назад с помощью рук, менять направление.
		Упражнения с мячом правой и левой рукой Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Ношение мяча с помощью двух рук, скатывание. Научиться набирать мячи в одну корзину, в другую. Развитие сочетания движения, отслеживания направления, умений точного метания. Воспитательность: Воспитание ловкости, организованности, умения Упражнения с гимнастическим растяжением. Упражнения с мячом: движение вперед и назад над мячом, движение вправо и влево. Создание круга с посадкой на мяч вправо и влево. Бомбить мяч вперед и назад с помощью рук, менять направление.
		Поддержание равновесия и труд на бревне. Образование: Повторное совершенствование основы прошлых тем через игру. Развитие гармонии движения, следования за направлением, поддержание трендов, ускорения, динамики. Воспитание нравственных качеств, таких как уважение к другу, милосердие, забота, организованность. Упражнения с гимнастическим растяжением. Ходить на гимнастической подстилке, ходить между препятствиями, ходить в гимнастической бревне с соблюдением равновесия.



Организация образования: Актюбинский областной специальный (коррекционный) детский сад для детей с особыми образовательными потребностями

Группа: " Солнышко» нарушением опорно-двигательного аппарата взрослая группа

Возраст детей: дети 4 лет

Период формирования плана: январь 2024 год

Месяц	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Январь	Лечебной физической культуре	Упражнения на стуле Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Тренироваться с гимнастическими палками, мячами, бумагами, подстилками в положении сидя на скамейке. Развитие: координация движения, отслеживание направления, развитие чувства силы, равновесия, скорости реакции. Воспитание толерантности, организованности, умения, толерантности Упражнения с гимнастическим растяжением. Упражнения с ногами, руками, поясными суставами, гимнастической палкой, мячом, бумагой и прочими предметами на гимнастическом стуле или на гимнастическом настиле
		Труд и плетение Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Выполнение упражнений на гимнастическом настиле и гимнастическом бревне. Совершенствование подъема и повторного спуска к гимнастической стене. Развитие: контроль за координацией движения, направлением, развитие бизнеса. Воспитание толерантности, организованности, толерантности, толерантности. Упражнения с гимнастическим растяжением. Движение на гимнастической настиле с опережением, подъем вверх и обратно на гимнастической стене
		Прохождение под палкой труда и дуги или лодыжки Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Выполнение работы на гимнастическом настиле и переход под препятствие.

		Развитие: наблюдение за гармонией движения, направлением, развитие правильного телосложения. Воспитание толерантности, организованности, умения, толерантности. Упражнения с гимнастическим растяжением. Наклонение вперед на гимнастическом настиле, преодоление препятствий.
		Упражнения с мячом на горизонтальную цель Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Выполнение упражнений по ходьбе по воротам горизонтально поставленных препятствий, перемещению между мячами и скатыванию. Развитие: координация движения, отслеживание направления, развитие чувства силы, равновесия, скорости реакции. Воспитание толерантности, организованности, умения, толерантности Упражнения с гимнастическим растяжением. Ведение мяча с помощью рук от горизонтально поставленных препятствий. Тренировки по подвозу и доставке мяча.

Организация образования: Актюбинский областной специальный (коррекционный) детский сад для детей с особыми образовательными потребностями

Группа: " Солнышко» нарушением опорно-двигательного аппарата взрослая группа

Возраст детей: дети 4 лет

Период формирования плана: февраль 2024 год

Месяц	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Февраль	Лечебной физической культуре	Упражнения на пересадку маршрута и прыжки Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Ходить по канату с изменением маршрута, учиться ходить по гимнастической подстилке. Развитие гармонии движения, равновесия, выносливости. Воспитание интереса к лечебной физической культуре. Упражнения с гимнастическим растяжением. Упражнения по передвижению через препятствия. Подъем над препятствиями и попадание на гимнастическую подстилку.
		Движение по наклонной доске Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Упражнение на гимнастическом стуле с помехами. Развитие гармонии движения, отслеживания направления, мышления, равновесия, скорости реакции. Воспитание толерантности, организованности, умения, толерантности. Упражнения с гимнастическим растяжением. Упражнения на преодоление препятствий над наклонной доской
		Упражнения, выполняемые лежа на гимнастическом настиле Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Изучение упражнений по вытяжке и нагреванию головы, рук, позвоночника, суставов на гимнастическом настиле. Развитие гармонии движения, отслеживания направления, мышления, равновесия, скорости реакции.

		Воспитание толерантности, организованности, умения, толерантности Упражнения с гимнастическим растяжением. Наклонение головы вперед и назад в положении, лежащем на гимнастическом настиле. Упражнения для лодыжек, локтей, плечевых, поясных, тазовых, коленных, тазовых суставов.
		Трудовые и плетеные упражнения Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Выполнение упражнений на гимнастическом настиле и гимнастическом бревне. Совершенствование подъема и повторного спуска к гимнастической стене. Развитие: контроль за координацией движения, направлением, развитие бизнеса. Воспитание толерантности, организованности, толерантности, толерантности. Упражнения с гимнастическим растяжением. Движение на гимнастической настиле с опережением, подъем вверх и обратно на гимнастической стене.

Организация образования: Актобинский областной специальный (коррекционный) детский сад для детей с особыми образовательными потребностями

Группа: "Солнышко» нарушением опорно-двигательного аппарата взрослая группа

Возраст детей: дети 4 лет

Период формирования плана: марта 2024 год

Месяц	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Марта	Лечебной физической культуре	Упражнения со стулом Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Тренироваться с гимнастическими палками, мячами, бумагами, подстилками в положении сидя на скамейке. Развитие: координация движения, отслеживание направления, развитие чувства силы, равновесия, скорости реакции. Воспитание толерантности, организованности, умения, толерантности. Упражнения с гимнастическим растяжением. Упражнения с ногами, руками, поясными суставами, гимнастической палкой, мячом, бумагой и прочими предметами на гимнастическом стуле или на гимнастическом настиле
		Упражнения для поддержания равновесия Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Обучение поддержанию равновесия на гимнастической бревне, одному виду упражнений с мячом. Развитие: координация движения, наблюдение за направлением, развитие равновесных чувств, темперамента, оперативности, умений. Воспитание терпимости, организованности, гибкости, умения. Упражнения с гимнастическим растяжением. Упражнения по поддержанию равновесия на гимнастической бревне или на полке.
		Упражнения для ходьбы над горизонтально поставленной нитью или палкой Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Обучение ходьбе на гимнастической палке, ходьбе по канату.

13

	Развитие гармонии движения, отслеживания направления, мышления, равновесия, скорости реакции. Воспитание толерантности, организованности, умения, толерантности. Упражнения с гимнастическим растяжением. Упражнения на ходьбе по горизонтально поставленным канатам, ходьбе по гимнастической палке.
	Упражнения для ходьбы между препятствиями Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Шаг между препятствиями правой и левой ногами. Развитие: контроль за гармонией движения, направлением, развитие равновесных чувств, тонкости, гибкости, умений. Воспитание терпимости, нравственных качеств Упражнения с гимнастическим растяжением. Шаг между поставленными препятствиями на правой и левой ногах и шаг от поставленных колес.

Организация образования: Актюбинский областной специальный (коррекционный) детский сад для детей с особыми образовательными потребностями

Группа: " Солнышко» нарушением опорно-двигательного аппарата взрослая группа

Возраст детей: дети 4 лет

Период формирования плана: апрель 2024 год

Месяц	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Апрель	Лечебной физической культуре	Оздоровительная гимнастика. Научить правильно дышать Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Развитие сочетания движений, гибкости, выносливости, быстроты, выносливости. Воспитание, Воспитание интереса к лечебной физической культуре, соблюдение правил при последовательном выполнении упражнений. Упражнения гимнастического растяжения. Выводить дыхание через глубокий нос и через рот.
		Ходовые и равновесные упражнения Умение: ходить по тренировкам с помощью инструктора, менять темп движения, бегать по предметам. Развитие: Движение на ногах и каблуках, поддержание равновесия над гимнастической булавой. Езда по скользкой доске с помощью инструктора. Упражнения гимнастического растяжения. Ходьба между препятствиями, ходьба на гимнастическом бревне с вещами и без предмета
		Упражнения для расслабления мышц и укрепления нервной системы Образование: Обучение мышц выполнению упражнений с помощью инструктора упражнения. Развитие сочетания движений, гибкости, выносливости, быстроты, выносливости. Воспитание интересов к лечебной физической культуре, соблюдение правил при последовательном выполнении упражнений Упражнения по освобождению головы, руки, груди, спины, поясницы, мышц ног. Упражнения гимнастического растяжения

15

	Упражнения для развития гибкости и растяжения головы и шеи
--	--

Обучение выполнению упражнений на голову и шею с помощью инструктора.

Развитие сочетания движений, гибкости, выносливости, быстроты, выносливости.

Выполнение упражнений с помощью инструктора. Формирование правильного физического согласия.

Упражнения по наклонению, вращению головы вперед и на спину, вправо и влево. Упражнения гимнастического растяжения.

Организация образования: Актюбинский областной специальный (коррекционный) детский сад для детей с особыми образовательными потребностями

Группа: " Солнышко» нарушением опорно-двигательного аппарата взрослая группа

Возраст детей: дети 4 лет

Период формирования плана: май 2024 год

Месяц	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Май	Лечебной физической культуре	Упражнения для развития гибкости и вытяжки мышц и связок рук Умение выполнять упражнения на мышцах рук с помощью инструктора по тренировкам Развитие сочетания движений, гибкости, выносливости, быстроты, выносливости. Выполнение упражнений с помощью инструктора. Формирование правильного физического согласия. К сожалению, сервис временно недоступен. Попробуйте повторить запрос позже.
		Упражнения для развития гибкости и вытяжки мышц и связок позвоночника Умение выполнять упражнения с помощью инструктора по тренировкам Развитие гармонии движения, гибкости, выносливости, выносливости. Воспитание нравственных качеств, таких как уважение, доброта, забота, организованность, воспитание страстей к победе. Упражнения для позвоночных суставов. Упражнения на растяжение позвоночных и поясничных суставов. Наклонение вперед и назад с использованием гимнастической палки на гимнастическом настиле. Упражнения с гимнастическим растяжением
		Упражнения для развития гибкости и вытяжки мышц и связок ног Навыки выполнения упражнений на мышцах ног с помощью инструктора. Развитие сочетания движений, умений, гибкости, тонкости. Воспитание интересов, уважения, доброты к лечебной физической культуре.

17

Упражнения для ног. Упражнения по вытягиванию туловища, голени, тазобедренных суставов.
Упражнения с гимнастическим растяжением

Оздоровительная гимнастика. Научить правильно дышать
Умение выполнять упражнения с помощью инструктора. Развитие сочетания движений, гибкости, выносливости, быстроты, выносливости. Воспитание, Воспитание интереса к лечебной физической культуре, соблюдение правил при последовательном выполнении упражнений.
Упражнения гимнастического растяжения