

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад компенсирующего вида №12**

**Тематическое планирование по коррегирующей гимнастике
на 2014-2015 учебный год**

Цель: воздействие и на свод стопы. Укрепление мышечно-связочный аппарат стоп и голени.

Задачи:

- 1.Общеукрепление и оздоровление организма
- 2.Укрепление мышечно - связочного аппарат, поддерживающего свод стопы
- 3.Формирование стереотипа правильного положения нижних конечностей
- 4.Повышение сопротивляемости организма.

2 раза в неделю

месяц	неделя	тема	ходьба	бег	Корригирующие упражнения	равновесие	лазание	прыжки	игры
октябрь	1,2	«Наши ножки идут по дорожке»	на носках на пятках на внешней стороне стопы змейкой	Змейкой по кругу по дорожке	платочком	стойка на одной ноге	по-медвежьи по скамейке на животе	по узкой дорожке на двух	«День и ночь»
	3,4	«Сделаем ножки красивыми»	на носках на пятках с различным положением рук	с захлестом подскоками	с кубиками	ходьба по ограниченной плоскости	по лестнице, лежащей на полу	по дорожке на одной ножке	«Собери шарики пальцами ног»
	1,2	«Гибкий носок»	гимнастическим шагом с движением рук в различном направлении выпадами	галоп боком змейкой с высоким подниманием колен	на скамейке и около скамейки массаж стоп	Ходьба по палке	вход на скамейку и сход с нее по наклонной плоскости	через косички	«У ребят порядок строгий»
ноябрь	3,4	«Обезьянки»	через палки на внешней стороне стопы спиной вперед	с подпрыгиванием галоп	с малым мячом	ходьба по буму	на четвереньках с опорой на ладони и ступни	через предметы разной высоты, толчком с двух ног	«Ловкие обезьянки (сбор палочек пальцами ног)

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад компенсирующего вида №12**

декабрь	1,2	«По следам»	через косички «змейкой» по массажным коврикам по деревянным брускам	в чередовании с ходьбой с заданием	сидя и лежа на полу	по ребристой доске	на четвереньках по скамейке с мешочком на спине	кто дальше прыгнет (в длину с места)	«Сделай фигуру»
	3,4	«Волшебная скакалка»	по канату боком широким шагом выпадами	врассыпную с ускорением с перепрыгиванием через предметы	со скакалкой	Ходьба по скамейке на середине пролезть	шведская стенка с переходом на другой пролет	через скакалку	«Рыбаки и рыбки»
январь	1,2	«Забавы зимушки зимы»	имитация ходьбы лыжника через сугробы (с высоким подниманием колена)	с высоким подниманием колена с захлестом обычным	со снежками (мячами)	бросать и ловить мяч парами, стоя на скамейке	Змейкой на высоких четвереньках	«пингвины»	«Загони льдинку»
	3,4	«Мой веселый звонкий мяч»	с набивным мячом в руках на носках, мяч вверх на внешнем своде стопы, мяч перед грудью	Между мячами с остановкой по сигналу	с мячом	перешагивание через мячи, положенные на скамейку	на четвереньках, толкая мяч головой	через набивные мячи	«Воевода»
февраль	1,2	«Веселые туристы»	перешагивание через гимнастические палки; по ребристой дорожке	со сменой направления; «змейкой»	с гимнастической палкой, стоя и сидя на полу	ходьба по ограниченной плоскости с хлопками под коленом	по наклонной лестнице со спрыгивание м	высоту с места «достань шишку»	«Снежки»
	3,4	«Силачи и акробаты»	Один-двое, на носках; на пятках; на внешней стороне стопы	с преодолением препятствий; галоп боком	сидя на скамейке	ходьба по наклонной лестнице	ползание по гимнастическ ой скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами	с разбега через натянутую веревку	«Великаны и Карлики» самомассаж
март	1,2	«Мамины помощники»	на внешней стороне стопы; с высоким подниманием колена; с кочки на кочку; с крестным шагом	с остановкой по сигналу; с захлестом голени; с ускорением	«если бы ноги были руками»	по ребристым дорожкам	по гимнастическ ой лестнице до колокольчика спуск по другой лестнице	Спрыгивание со скамейки	«Нарисуй подарок маме» (пальцами ног)

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад компенсирующего вида №12**

	3,4	«Мишки проснулись»	с мешочком на голове с разным положением рук; по массажным дорожкам; по канату боком, приставным шагом	«змейкой» вокруг предметов; со сменой направления	Мешочки с палками, сидя на гимнастических скамейках	по гимнастической скамейке с мешочком на голове, приседая на 1-ой ноге, др.махом проносить сбоку.	лазание по гимнастической стенке	перепрыгни овражек (с места на двух ногах)	«Собери шишки для мишки»
апрель	1,2	«В зоопарке»	Изображая походки разных животных (лисиčky, мишки и т.д.)	со сменой ведущего через барьер	с платочком	по буму	обезьянки (по веревочной лестнице)	из обруча в обруч на двух ногах	«Собери палочки» (пальцами ног)
	3,4	«На арене цирка»	на носках на пятках на внешней стороне стопы гимнастический шаг	мелким и широким шагом высоко поднимая колени со сменой направления	с гимнастической палкой	«канатоходцы» (боком по канату)	по–пластунски на четвереньках под дугами	с кочки на кочку	«Нарисуй отгадки»
май	1,2	«Занятие с элементами аэробики»	ритмичная ходьба с хлопками с приседанием приставным шагом	с подскоками галопом в разном темпе	«Аэробика»	по перевернутой скамейке	по гимнастической лестнице до колокольчика, спуск по другой лестнице	«кузнечики» (чья команда дальше прыгнет)	Танец «Разноцветная игра»
	3,4	«В гости к Чебурашке»	на носках на пятках на внешней стороне стопы по корригирующим дорожкам	змейкой по кругу	с гимнастической палкой	по палке приставным шагом	на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками	с продвижением вперед на двух ногах	«Собери орехи» самомассаж

Заведующий МБДОУ д/с №12



О.В. Букарева