

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 139 «Облачко» городского округа Тольятти
(МБУ детский сад №139 «Облачко» городского округа Тольятти)

ПРИНЯТО
пед.советом МБУ
Протокол № 1 от 31.08. 2016



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБУ
Т.Р. Грошева

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«КОРРЕКЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА» (4-7 ЛЕТ)**

АВТОРЫ: инструкторы по физической культуре

М.В. Даннулова, О.И. Хвостова

г. Тольятти
2016

Пояснительная записка.

Программа по коррекционной гимнастике является одной из форм активной терапии, средством специально подобранных методик, направленных на преодоление недостатков психомоторной, двигательной, познавательной и эмоционально - волевой сферы детей с ЗПР и ОНР средствами музыкально – ритмической деятельности и психоразвивающих упражнений, построенных на сочетании движений, музыки и слова.

Цель программы:

- Профилактика и коррекция имеющихся отклонений в развитии ребёнка;
- Способствовать укреплению мышечного корсета, выработке правильной осанки, походки;
- Развитие моторных функций, правильного дыхания.

Задачи:

1. Развитие и коррекция основных видов движений, музыкально – ритмических движений.
 - Нормализация мышечного тонуса, укрепление основных мышечных групп, развитие основных видов движений.
 - Формирование правильной осанки, чувства равновесия.
 - Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.
 - Преодоление двигательного автоматизма движений.
 - Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания (громко-тихо, быстро-медленно).
 - Развитие имитационно-подражательных движений под музыку.
2. Развитие и коррекция психических функций, компонентов деятельности, совершенствование психомоторики.
 - Развитие быстроты и точности реакции на звуковые и вербальные сигналы.
 - Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения).
 - Развитие всех видов памяти (зрительной, моторной, слуховой).
 - Развитие умения выполнять двигательное действие по условному сигналу.
3. Развитие способности ориентироваться в пространстве.
 - Развитие пространственной организации собственных движений, зрительно-пространственной ориентировки в зале через движение.
 - Выполнение действий на основе вербальных инструкций (движение влево, вправо, вперёд, назад и т.д.)
4. Развитие эмоционально-волевой сферы и компонентов личности.
 - Формирование способности к пониманию различных эмоциональных состояний на основе восприятия невербальных стимулов (мимика, пластика и т.д.)
 - Развитие произвольности при выполнении движений и действий и действий.
 - Развитие умения выполнять совместные действия и коммуникативных навыков.

Примерное перспективное планирование занятий для детей старшего дошкольного возраста
на 2013 – 2014 учебный год.

Вариант 1.

Месяцы		Содержание
Сентябрь		Мониторинг
Октябрь Комплекс 1	I	Двигательная разминка.
	II	1. Упражнение «Слушай бубен» 2. Упражнение «Вот так позы!» 3. Упражнение «Весёлые ладошки» 4. Упражнение «Часы» 5. Упражнение «Шалтай-Болтай», «Осень» 6. Дыхательные упражнения «Геометрические фигуры», «Осень» 7. Этюды «Круглые глаза», «Карлсон» 8. Игра – миниатюра «Бытовые сценки»
	III	Подвижная игра «Дракон кусает свой хвост» Упражнение «Большая жёлтая луна» Релаксация.
Ноябрь Комплекс 2	I	Двигательная разминка
	II	1. Игра – потешка «Поймай-ка» 2. Упражнение «Слушай команду» 3. Упражнение «Ходьба с ускорением и замедлением темпа» 4. Упражнение «Мельница» 5. Музыкально-ритмические упражнения «Зверобика» 6. Упражнение «Винт», «Игра с пчёлкой» 7. Упражнение «Геометрические фигуры 2» 8. Этюды «Раздумье», «Негаданная радость»
	III	1. Подвижная игра «Гуси – лебеди» 2. Упражнение «Кошечка» 3. Релаксация.
Декабрь Комплекс 3	I	1. Двигательная разминка
	II	1. Упражнение «Слушай звуки» 2. Упражнение «Четыре стихии» 3. Игра «Разведчики» 4. Ритмическое упражнение «Прыжки» 5. Игра-миниатюра «Цветочек» 6. Игра – превращение «Театр зверей» 7. Дыхательное упражнение «Насос» 8. Этюды «Первый снег»
	III	1. Подвижная игра «Хитрая лиса, где ты?» 2. Релаксация.
Январь	I	1. Двигательная разминка

Комплекс 4		
	II	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Ходьба с хлопками» 2. Упражнение «Запомни движение» 3. Ритмическое упражнение «Попрыгаем и похлопаем» 4. Упражнение «Каждый спит», «Маятник» 5. Упражнение «Машины» 6. Игра-миниатюра «Дружная семья» 7. Дыхательное упражнение «Дровосек» 8. Этюды «Два клоуна», «Разъярённая медведица»
	III	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подвижная игра «Белые медведи» 2. Упражнение «Медведь» 3. Релаксация.
Февраль Комплекс 5	I	Двигательная разминка
	II	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Тропинка» 2. Упражнение «Расставить посты» 3. Упражнение Канон для малышей» 4. Упражнение «Покажите руки» 5. Игра - потешка «Дедушка Егор» 6. Упражнение «Маятник», «Насос и мяч» 7. Упражнение «На лыжах» 8. Дыхательное упражнение «Насос» 9. Этюды «Кривляка», «Разное настроение»
	III	<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра с пением «Козлёнок» 2. Упражнение «Зайка» 3. Релаксация
Март Комплекс 6	I	Двигательная разминка
	II	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Зеваки» 2. Упражнение «В магазине зеркал» 3. Упражнение «Давайте посчитаем» 4. Упражнение «Цветок растёт, цветок качается, цветок увядает» 5. Упражнение «Моемся, чистим зубы» 6. Упражнение «Бросание и ловля мяча» 7. «Игра с пчёлкой», «Винт» 8. Дыхательное упражнение «Баян» 9. Этюды «Гадкий утёнок», «Чунга – чанга»
	III	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подвижная игра «Самый ловкий наездник» 2. Релаксация
Апрель Комплекс 7	I	Двигательная разминка
	II	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Ходьба со сменой направления» 2. Игра «Пожалуйста» 3. Игра «запретный номер» 4. «Упражнение с хлопками» 5. Игра – превращение «Аквариум» 6. Упражнение «У оленя дом большой»

		7. Дыхательное упражнение «Деревья» 8. Этюды «Вожатый удивился», «Страх»
	III	1. Подвижная игра «Козочки и волки» 2. Упражнение «Ёжик» 3. Релаксация
Май Комплекс 8	I	Двигательная разминка
	II	1. Упражнение «Стоп» 2. Упражнение «Ходьба с хлопками на сильную долю» 3. Игра «Запретный номер» 4. Упражнение «Собираем камушки» 5. Упражнение «Большие крылья» 6. Упражнения «Холодно – жарко», «Борьба рук между собой» 7. Упражнение «Пильщики» 8. Дыхательное упражнение «Ракета» 9. Этюды «Три характера», «Притвора»
	III	1. Подвижная игра «Скучно, скучно так сидеть» 2. Релаксация.
ИТОГО: 32 часа		

Вариант 2.

Месяцы		Содержание
Ноябрь Комплекс 2	I	Двигательная разминка
	II	1. Игра – потешка «Поймай-ка» 2. Упражнение «Слушай команду» 3. Упражнение «Ходьба с ускорением и замедлением темпа» 4. Упражнение «Мельница» 5. Музыкально-ритмические упражнения «Зверобика» 6. Упражнение «Винт», «Игра с пчёлкой» 7. Упражнение «Геометрические фигуры 2» 8. Этюды «Раздумье», «Негаданная радость»
	III	1. Подвижная игра «Гуси – лебеди» 2. Упражнение «Кошечка» 3. Релаксация.
Декабрь Комплекс 3	I	1. Двигательная разминка
	II	1. Упражнение «Слушай звуки» 2. Упражнение «Четыре стихии» 3. Игра «Разведчики» 4. Ритмическое упражнение «Прыжки»

		<ul style="list-style-type: none"> 5. Игра-миниатюра «Цветочек» 6. Игра – превращение «Театр зверей» 7. Дыхательное упражнение «Насос» 8. Этюды «Первый снег»
	III	<ul style="list-style-type: none"> 1. Подвижная игра «Хитрая лиса, где ты?» 2. Релаксация.
Январь Комплекс 4	I	<ul style="list-style-type: none"> 1. Двигательная разминка
	II	<ul style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Ходьба с хлопками» 2. Упражнение «Запомни движение» 3. Ритмическое упражнение «Попрыгаем и похлопаем» 4. Упражнение «Каждый спит», «Маятник» 5. Упражнение «Машины» 6.Игра-миниатюра «Дружная семья» 7. Дыхательное упражнение «Дровосек» 8. Этюды «Два клоуна», «Разъярённая медведица»
	III	<ul style="list-style-type: none"> 1. Подвижная игра «Белые медведи» 2. Упражнение «Медведь» 3. Релаксация.
Февраль Комплекс 5	I	<ul style="list-style-type: none"> Двигательная разминка
	II	<ul style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Тропинка» 2. Упражнение «Расставить посты» 3. Упражнение Канон для малышей» 4. Упражнение «Покажите руки» 5. Игра - потешка «Дедушка Егор» 6. Упражнение «Маятник», «Насос и мяч» 7. Упражнение «На лыжах» 8. Дыхательное упражнение «Насос» 9. Этюды «Кривляка», «Разное настроение»
	III	<ul style="list-style-type: none"> 1. Игра с пением «Козлёнок» 2. Упражнение «Зайка» 3. Релаксация
Март Комплекс 6	I	<ul style="list-style-type: none"> Двигательная разминка
	II	<ul style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Зеваки» 2. Упражнение «В магазине зеркал» 3. Упражнение «Давайте посчитаем» 4. Упражнение «Цветок растёт, цветок качается, цветок увядает» 5. Упражнение «Моемся, чистим зубы» 6. Упражнение «Бросание и ловля мяча» 7. «Игра с пчёлкой», «Винт» 8. Дыхательное упражнение «Баян» 9. Этюды «Гадкий утёнок», «Чунга – чанга»
	III	<ul style="list-style-type: none"> 1. Подвижная игра «Самый ловкий наездник» 2. Релаксация

Апрель Комплекс 7	I	Двигательная разминка
	II	1. Упражнение «Ходьба со сменой направления» 2. Игра «Пожалуйста» 3. Игра «запретный номер» 4. «Упражнение с хлопками» 5. Игра – превращение «Аквариум» 6. Упражнение «У оленя дом большой» 7. Дыхательное упражнение «Деревья» 8. Этюды «Вожатый удивился», «Страх»
	III	1. Подвижная игра «Козочки и волки» 2. Упражнение «Ёжик» 3. Релаксация
Май Комплекс 8	I	Двигательная разминка
	II	1. Упражнение «Стоп» 2. Упражнение «Ходьба с хлопками на сильную долю» 3. Игра «Запретный номер» 4. Упражнение «Собираем камушки» 5. Упражнение «Большие крылья» 6. Упражнения «Холодно – жарко», «Борьба рук между собой» 7. Упражнение «Пильщики» 8. Дыхательное упражнение «Ракета» 9. Этюды «Три характера», «Притвора»
	III	1. Подвижная игра «Скучно, скучно так сидеть» 2. Релаксация.
ИТОГО: 28 часов		

Вариант 3.

Месяцы		Содержание
Январь Комплекс 4	I	1. Двигательная разминка
	II	1. Упражнение «Ходьба с хлопками» 2. Упражнение «Запомни движение» 3. Ритмическое упражнение «Попрыгаем и похлопаем» 4. Упражнение «Каждый спит», «Маятник» 5. Упражнение «Машины» 6. Игра-миниатюра «Дружная семья» 7. Дыхательное упражнение «Дровосек» 8. Этюды «Два клоуна», «Разъярённая медведица»
	III	1. Подвижная игра «Белые медведи»

		2. Упражнение «Медведь» 3. Релаксация.
Февраль Комплекс 5	I	Двигательная разминка
	II	1. Упражнение «Тропинка» 2. Упражнение «Расставить посты» 3. Упражнение Канон для малышей» 4. Упражнение «Покажите руки» 5. Игра - потешка «Дедушка Егор» 6. Упражнение «Маятник», «Насос и мяч» 7. Упражнение «На лыжах» 8. Дыхательное упражнение «Насос» 9. Этюды «Кривляка», «Разное настроение»
	III	1. Игра с пением «Козлёнок» 2. Упражнение «Зайка» 3. Релаксация
Март Комплекс 6	I	Двигательная разминка
	II	1. Упражнение «Зеваки» 2. Упражнение «В магазине зеркал» 3. Упражнение «Давайте посчитаем» 4. Упражнение «Цветок растёт, цветок качается, цветок увядает» 5. Упражнение «Моемся, чистим зубы» 6. Упражнение «Бросание и ловля мяча» 7. «Игра с пчёлкой», «Винт» 8. Дыхательное упражнение «Баян» 9. Этюды «Гадкий утёнок», «Чунга – чанга»
	III	1. Подвижная игра «Самый ловкий наездник» 2. Релаксация
Апрель Комплекс 7	I	Двигательная разминка
	II	1. Упражнение «Ходьба со сменой направления» 2. Игра «Пожалуйста» 3. Игра «запретный номер» 4. «Упражнение с хлопками» 5. Игра – превращение «Аквариум» 6. Упражнение «У оленя дом большой» 7. Дыхательное упражнение «Деревья» 8. Этюды «Вожатый удивился», «Страх»
	III	1. Подвижная игра «Козочки и волки» 2. Упражнение «Ёжик» 3. Релаксация
Май Комплекс 8	I	Двигательная разминка
	II	1. Упражнение «Стоп» 2. Упражнение «Ходьба с хлопками на сильную долю»

		<ul style="list-style-type: none"> 3. Игра «Запретный номер» 4. Упражнение «Собираем камушки» 5. Упражнение «Большие крылья» 6. Упражнения «Холодно – жарко», «Борьба рук между собой» 7. Упражнение «Пильщики» 8. Дыхательное упражнение «Ракета» 9. Этюды «Три характера», «Притвора»
	III	<ul style="list-style-type: none"> 1. Подвижная игра «Скучно, скучно так сидеть» 2. Релаксация.
ИТОГО: 20 часов		