

**Образовательный маршрут для часто болеющих детей ДООУ
младших групп (3-4 лет), посещающих детский сад**

Сентябрь

В сентябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.

Упражнять детей в прыжках на двух ногах на месте.

Учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.

Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Бегите ко мне»

«Кот и воробышки»

«Быстро в домик»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-mladshiy-vozrast>

Октябрь

В сентябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры.

Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги.

Упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.

Упражнять детей в ходьбе и беге, с поворотом в другую сторону по сигналу

Развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Догони мяч»

«Ловкий шофер»

«Зайка серый умывается»

«Кот и воробышки»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-mladshiy-vozrast>

Ноябрь

В ноябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.

Упражнять в прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги;

Упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.

Развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.

Повторить ходьбу с выполнением заданий, развивая внимание,

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Ловкий шофер»

«Мыши в кладовой»

«По ровненькой дорожке»

«Поймай комара»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-mladshiy-vozrast>

**Образовательный маршрут для часто болеющих детей
средних групп (4-5 лет), посещающих детский сад**

Сентябрь

В сентябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.

Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета;

Упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.

Закреплять умение группироваться при лазанье под шнур.

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Найди себе пару»

«Самолеты»

«Огуречик, огуречик»

«У медведя во бору»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-po-penzulaevoy-l-i>

Октябрь

В октябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.

Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги, в прыжках из обруча в обруч;

Закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.

Развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу, не касаясь руками пола;

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Кот и мыши»

«Автомобили»

«У медведя во бору»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-po-penzulaevoy-l-i>

Ноябрь

В ноябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах.

Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.

Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках

Упражнять детей в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость;

Повторить задание на сохранение устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.

.

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Салки»

«Самолеты»

«Лиса и куры»

«Цветные автомобили»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-po-penzulaevoy-l-i>

**Образовательный маршрут для часто болеющих детей
старших групп (5-6 лет), посещающих детский сад**

Сентябрь

В сентябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.

Упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх.

Разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Мышеловка»

«Фигуры»

«Удочка»

«Мы веселые ребята»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-i-uprazhneniy-v-starshey>

Октябрь

В октябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Упражнять в прыжках на двух ногах через короткие шнуры, в бросках мяча двумя руками (способ-от груди).

Упражнять в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги.

Упражнять в метании мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2 м.

Повторить лазанье в обруч – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола.

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Перелет птиц»

«Не оставайся на полу»

«Удочка»

«Гуси-лебеди»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-i-uprazhneniy-v-starshey>

Ноябрь

В ноябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Повторить прыжки на правой и левой ноге, с продвижением вперед.

Упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.

Повторить пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода.

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Пожарные на учении»

«Не оставайся на полу»

«Удочка»

«Пожарные на учении»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-i-uprazhneniy-v-starshey>

**Образовательный маршрут для часто болеющих детей
подготовительных групп (6-7 лет), посещающих детский сад**

Сентябрь

В сентябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Упражнять в умении сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча в паре.

Развивать координацию движений в прыжках с достованием до предмета; повторить лазанье под шнур, не задевая его.

Повторить подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками.

Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.

Повторить прыжки через шнуры на правой и левой ноге.

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Не оставайся на полу»

«Совушка»

«У ребят порядок строгий»

«У дочка»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-i-uprazhneniy-v>

Октябрь

В октябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.

Отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки;

Развивать координацию движений в упражнениях с мячом.

Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча.

Закрепить навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в ползании на четвереньках с дополнительным заданием.

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Перелет птиц»

«Не попадись»

«Совушка»

«Удочка»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-i-uprazhneniy-v>

Ноябрь

В ноябре в работе с детьми, мы рекомендуем:

Упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур.

Упражнять в прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке с мешочком на спине.

Повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии.

Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость.

Поиграть с детьми в подвижные игры:

«Догони свою пару»

«Фигуры»

«Перелет птиц»

«Затейники»

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/04/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-i-uprazhneniy-v>