

Администрация городского округа город Урюпинск Волгоградская область **Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 9 «Журавушка» городского округа г. Урюпинск** ул.Московская, дом 5а, г.Урюпинск, Волгоградская область, 403117телефон (8442) 3-22-82

ИНН/ КПП 3438200150 / 343801001, ОКПО 53556973, ОГРН 1023405773544

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

На педагогическом совете Заведующий МАДОУ

МАДОУ «Детский сад №9 «Детский сад №9«Журавушка»

«Журавушка» \_\_\_\_\_\_\_В.Ф. Ковалкина

Протокол №\_\_\_\_от «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_2020 Приказ №\_\_\_ от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_2020

**Рабочая программа**

наоснове общеобразовательной

программы дошкольногообразования

«От рождения до школы»

Под. Ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой

Старшая группа

Воспитатели:

Щепетнова Г.В.

Кузина Е.М.

2020 -2021 год

**Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана на основе общеобразовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы,Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой в соответствии с:

* - Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
* - Приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам»;
* - Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013г. № 26 «Об утверждении Сан Пин 2.4.1.3049-13 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Программа спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, региона и муниципалитета, образовательных потребностей и запросов воспитанников. Определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на ступени дошкольного образования.

Программа сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

***Актуальность***

Данная программа направлена, прежде всего, на раскрытие разнообразных форм активности, присущих самому ребенку.

Современные достижения цивилизации открывают новые возможности для развития ребенка с первых дней его жизни. Эти возможности связаны:

– с повышением ценностного статуса детства в современном обществе;

– с созданием новых форм и видов развивающих сред, способных мотивировать детей;

– с появлением коммуникационных и сетевых технологий;

– с расширением инновационных программ профессиональной подготовки педагогов и воспитателей, обладающих мастерством коммуникативной компетентности и искусством мотивирования поведения детей.

В то же время рост социальной неопределенности, нарастающая скорость социально-экономических изменений, расширяющиеся границы информационного общества, спектр информационно-коммуникационных технологий порождают новую социальную ситуацию развития ребенка, несущую определенные риски для детей дошкольного возраста:

– ярко выраженная дифференциация социально-экономических условий жизни российских граждан *ведет к нарастанию* различий в траекториях развития детей из разных слоев, из разных регионов, из городской и сельской местности, несет угрозу утраты единого образовательного пространства;

––игнорирование возрастной специфики дошкольного детства, перенос учебно-дисциплинарной модели в практику педагогической работы на уровне дошкольного образования создает увеличивающийся разрыв между ступенями дошкольного и общего образования;

– тенденция к «школяризации» дошкольного образования, к форсированию интеллектуального развития детей в форме искусственной акселерации за счет вытеснения типично детских видов деятельности и замещения их псевдоучебной деятельностью *приводит кснижению* общей активности детей – игровой, познавательной, исследовательской, коммуникативной и пр., что ведет к слабой сформированности у детей предпосылок учебной деятельности, а следовательно, к снижению их мотивации к учению на следующих уровнях образования;

– неблагоприятная тенденция к обеднению и ограничению общения детей с другими детьми *приводит к росту* явлений социальной изоляции (детского одиночества), отвержения, к низкому уровню коммуникативной компетентности детей, низкой мотивации общения и сотрудничества, недостаточному развитию жизненных навыков взаимодействия и сотрудничества с другими детьми, усилению проявлений тревожности и детской агрессивности.

***Постановка целей рабочей программы***

***Цели программы:***

* является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, проектирование социальных ситуаций развития ребенка и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности.
* Обеспечение государством равные возможности для каждого ребенка в получении качественного дошкольного образования;
* обеспечение государственных гарантий уровня и качества дошкольного образования на основе единства обязательных требований к условиям реализаций образовательных программ дошкольного образования, их структуре и результатам их освоения;
* повышение социального статуса дошкольного образования.

***Задачи рабочей программы***

* – забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
* - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
* – обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
* – создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с другими детьми, взрослыми и миром;
* – объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
* - максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно -образовательного процесса;
* - вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;
* – формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
* – формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным и индивидуальным особенностям детей;
* – обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
* – обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования.

***Принципы рабочей программы:***

Принципами рабочей программы являются основные принципы дошкольного образования, определенные ФГОС дошкольного образования:

1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее – индивидуализация дошкольного образования);

3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5) сотрудничество организации с семьей;

6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

***Характеристика возрастных особенностей воспитанников группы***

Дети 5-6 лет стремятся познать себя и другого человека как представителя общества, постепенно начинают осознавать связи и зависимости в *социальном поведении и взаимоотношениях людей*. Чаще начинают употреблять и более точный словарь для обозначения моральных понятий - вежливый*,* честный*,* заботливый и др.

У дошкольников формируется возможность *саморегуляции,*т. е. дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, *доводить до конца малопривлекательную работу* (убирать игрушки, наводить порядок в комнате и т. п.). Это становится возможным благодаря *осознанию* детьми *общепринятых норм и правил поведения* и обязательности их выполнения. Ребенок эмоционально переживает не только оценку его поведения другими, но и соблюдение им самим норм и правил, соответствие его поведения своим морально-нравственным представлениям. Однако соблюдение норм (дружно играть, делиться игрушками, контролировать агрессию и т. д.), как правило, в этом возрасте возможно лишь во взаимодействии с теми, кто наиболее симпатичен, с друзьями.

В этом возрасте происходят изменения в представлениях ребёнка о себе; оценки и мнение товарищей становятся для них существенными. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками. *Общение детей* становится менее ситуативным. Они охотно рассказывают о том, что с ними произошло: где были, что видели и т. д. Дети внимательно слушают друг друга, эмоционально сопереживают рассказам друзей.

У ребёнка формируется *система первичной половой идентичности* по существенным, специфика поведения, внешности, профессии). При обосновании выбора сверстников противоположного пола мальчики опираются на такие качества девочек, как красота, нежность, ласковость, а девочки - на такие, как сила, способность заступиться за другого.

В игровом взаимодействии существенное место начинает занимать *совместное обсуждение правил игры*. Дети часто пытаются контролировать действия друг друга - указывают, как должен себя вести тот или иной персонаж. В случаях возникновения конфликтов во время игры дети объясняют партнёрам свои действия или критикуют их действия, ссылаясь на правила. Более совершенной становится *крупная моторика:* ребенок хорошо бегает на носках, прыгает через веревочку, попеременно на одной и другой ноге, катается на двухколесном велосипеде. Появляются сложные движения: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребёнком небольших усилий на протяжении достаточно длительного времени).

Ловкость и развитие *мелкой моторики* проявляются в более высокой степени самостоятельности ребёнка при самообслуживании: дети практически не нуждаются в помощи взрослого, когда одеваются и обуваются.

К этому возрасту обладают довольно *большим запасом представлений об окружающем*, которые получают благодаря своей активности, стремлению задавать вопросы и экспериментировать.

Представления об *основных свойствах предметов* углубляются: ребёнок хорошо знает основные цвета и имеет представления об оттенках, может рассказать, чем отличаются геометрические фигуры друг от друга; сопоставить между собой по величине большое количество предметов.

Ребенок *умеет* из неравенства делать равенство; раскладывает 10 предметов от самого большого к самому маленькому и наоборот; рисует в тетради в клетку геометрические фигуры; выделяет в предметах детали, похожие на эти фигуры; ориентируется на листе бумаги.

*Освоение времени* все ещё не совершенно: не точная ориентация во временах года, днях недели.*Внимание* детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20-25 мин вместе со взрослым. Ребёнок этого возраста уже способен *действовать по правилу,* которое задаётся взрослым (отобрать несколько фигур определённой формы и цвета, найти на картинке изображения предметов и заштриховать их определённым образом).

*Объём памяти* изменяется не существенно. Улучшается её устойчивость. При этом для запоминания дети уже могут использовать несложные приёмы и средства.

В 5-6 лет ведущее значение приобретает *наглядно-образное мышление,* которое позволяет ребёнку решать более сложные задачи с использованием обобщённых наглядных средств (схем, чертежей и пр.). К *наглядно-действенному* мышлению дети прибегают в тех случаях, когда сложно без практических проб выявить необходимые связи. При этом пробы становятся планомерными и целенаправленными. Задания, которые можно решить без практических проб, ребёнок нередко может *решать в уме*.

Развивается *прогностическая функция мышления*, что позволяет ребёнку *видеть перспективу событий*, предвидеть близкие и отдалённые *последствия собственных действий* и поступков.

Для детей этого возраста *становится нормой правильное произношение звуков*. Сравнивая свою речь с речью взрослых, дошкольник может обнаружить собственные речевые недостатки.

Ребёнок шестого года жизни свободно использует средства *интонационной выразительности*: может читать стихи грустно, весело или торжественно, способен регулировать громкость голоса и темп речи в зависимости от ситуации.

Дети начинают употреблять *обобщающие слова, синонимы, антонимы, оттенки значений слов, многозначные слова.* Словарь детей активно пополняется *существительными*, обозначающими названия профессий, социальных учреждений; *глаголами*, обозначающими трудовые действия людей разных профессий, *прилагательными* и *наречиями*, отражающими качество действий, отношение людей к профессиональной деятельности. Использует в речи синонимы, антонимы; слова, обозначающие материалы, из которых сделаны предметы.

*Круг чтения*детей пополняется произведениями разнообразной тематики, в том числе связанной с проблемами семьи, взаимоотношений со взрослыми, сверстниками, с историей страны. Ребенок к 6 годам свободно называет свое имя, фамилию, адрес, имена родителей и их профессии.

В процессе *восприятия художественных произведений* дети эмоционально откликаются на те произведения искусства, в которых переданы понятные им чувства и отношения, различные эмоциональные состояния людей, животных, борьба добра со злом.

*В изобразительной деятельности* дети также могут изобразить задуманное. Развитие мелкой моторики влияет на совершенствование *техники изображения*: дошкольники могут проводить узкие и широкие линии краской), рисовать кольца, дуги, смешивать краску на палитре для получения новых оттенков. Дети с удовольствием обводят рисунки по контуру, заштриховывают фигуры.

Старшие дошкольники в состоянии *лепить* из целого куска пластилина, моделируя форму кончиками пальцев, сглаживать места соединения, оттягивать детали пальцами от основной формы, украшать свои работы с помощью стеки, расписывать их.

Совершенствуются практические навыки *работы с ножницами*: дети могут вырезать круги из квадратов, овалы из прямоугольников, и т.д. создавать из нарезанных фигур изображения разных предметов или декоративные композиции.

Дети *конструируют* по условиям, заданным взрослым, но уже готовы к самостоятельному творческому конструированию из разных материалов.

В старшем дошкольном возрасте активно развиваются *планирование и само оценивание* трудовой деятельности. Освоенные ранее виды детского труда выполняются качественно, быстро, осознанно. Становится возможным освоение детьми разных видов ручного труда.

***Планируемые результаты освоения Программы***

**Целевые ориентиры.**

В соответствии с ФГОС ДОспецифика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к концу дошкольного образования.

**Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.**

* Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.
* Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
* Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявлять свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешить конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросом.
* Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
* Проявляет симпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается. Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.
* У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
* Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
* Проявляет ответственность за начатое дело.
* Открыт новому, то есть проявляет стремления к получению знаний, положительной мотивации к дальнейшему обучению в школе, институте.
* Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.
* Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

***Особенности организации образовательного процесса***:

* образовательный процесс осуществляется на всем протяжении пребывания детей в дошкольной образовательной организации;
* процесс развития личности ребенка обеспечивается в различных видах общения, а также в игре, познавательно – исследовательской деятельности;
* содержание образовательного процесса охватывает пять взаимодополняющих образовательных областей;
* образовательный процесс строится на основе партнерского характера взаимодействия участников образовательных отношений;

**Праздники и развлечения в старшей группе 2020- 2021г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Срок проведения | Мероприятие | Ответственные |
| Сентябрь | Праздник «Встреча друзей после лета»  «День воспитателя» | Музыкальный руководитель, воспитатели |
| Октябрь | «День пожилых людей»  Праздник «Покров» | Музыкальный руководитель, воспитатели |
| Ноябрь | Праздник «День единства»  Развлечение ко Дню матери | Музыкальный руководитель, воспитатели |
| Декабрь | Праздник «Новогодний маскарад» | Музыкальный руководитель, воспитатели |
| Февраль | Праздник «День защитника отечества» | Музыкальный руководитель, воспитатели |
| Март | Праздник «Мамочка, любимая»  Развлечение «Широкая масленица» | Музыкальный руководитель, воспитатели |
| Апрель | Праздник «Красная горка» | Музыкальный руководитель, воспитатели |
| Май | Концерт «День Победы» | Музыкальный руководитель, воспитатели |

***Программно - методический комплекс образовательного процесса***

включает:

* примерную основную образовательную программу дошкольного образования;
* парциальные программы;
* методическое руководство для воспитателей (перечень основных методических пособий, обеспечивающих образовательный процесс);
* перечень наглядного, демонстрационного материала, сопровождающего реализацию рабочей программы;

-перечень пособий для детей (печатные издания, развивающие книги, дидактические игры и пособия для индивидуальной работы и т.д.)

Рабочая программа по развитию детей старшей группы разработана в соответствии с ООП МБДОУ «Детский сад №9 «Журавушка» городского округа г. Урюпинск, в соответствии с введением ФГОС ДО.

Рабочая программа по развитию детей старшей группы обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 5 до 6 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям - физическому, социально – коммуникативному, познавательному, речевому и художественно – эстетическому.

*Используются парциальные программы:*

«Юный эколог» С.Н. Николаева

«Цветные ладошки» И.А. Лыкова

«Театр, творчество, дети» И.А.Сорокина

***Перечень основных методических пособий, обеспечивающих образовательный процесс:***

1. Комарова Т.С. Занятия по изобразительной деятельности в старшей группе детского сада. Конспекты занятий. – М.: Мозаика – синтез, 2009. – 128с.

2. Гербова В.В. занятия по развитию речи в старшей группе детского сада. Планы занятий. – М.: Мозаика – синтез, 2010. – 144с.

3. Помораева И.А., Позина В.А. Занятия по формированию элементарных математических представлений в старшей группе детского сада. Планы занятий. – М.: Мозаика – синтез, 2009. – 80с.

4. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: мозаика – синтез, 2009. – 128с.

5. Дыбина О.В. Занятия по ознакомлению с окружающим миром в старшей группе детского сада. Конспекты занятий. – М.: Мозаика – синтез, 2011. – 64с.

6. Куцакова Л.В. Занятия по конструированию из строительного материала в старшей группе детского сада. Конспекты занятий. – М.: Мозаика – синтез, 2008. – 48с.

7. Корнеичева Е.Е., Грачева Н.И. Планирование внеурочной деятельности с детьми в режиме дня. Старшая группа. Учебно-методическое пособие. – М.: Центр педагогического образования, 2011. – 464с.

8. Воспитание и обучение в старшей группе детского сада. Программа и методические рекомендации / сост. О.А. Соломенникова. – М.: Мозаика – синтез, 2008. – 224с.

9. Бондаренко Т.М. Комплексные занятия в старшей группе детского сада. Воронеж: ЧП Лакоценин, 2007.-432с.

10. Кобзеева Т.Г., Александрова Г.С., Холодова И.А. Организация деятельности детей на прогулке. Старшая группа. Волгоград: изд. «Учитель», 2014.-287с.

Предметно – развивающая среда согласно требованиям ФГОС дошкольного образования содержательно насыщенна, трансформируема, полифункциональна, вариативна, доступна и безопасна.

*Перечень наглядного, демонстрационного материала, сопровождающего реализацию рабочей программы.*

**Развитие речи.** Магнитная доска. Набор картин для рассматривания и составления рассказа. Демонстрационная азбука, магнитная азбука, электрофицированная азбука. Набор карточек для определения места звука в слове.

**Математика.** Магнитная доска. Наборное полотно. Набор цифр, знаков, геометрических фигур, полосок (различных по длине и ширине). Математическое дерево. Набор объёмных математических фигур. Видео-презентации клипов.

**Экология.** Гербарии цветов, листьев деревьев, кустарников. Коллекции минералов, полезных ископаемых, древесных пород. Наборы картинок животных, рыб, насекомых, птиц, фруктов, овощей, деревьев, грибов. Муляжи грибов, фруктов, овощей. Глобус, мини-лаборатория с образцами земли, песка,глины, спилами деревьев, металлические предметы.

**И.З.О.** Подносы, расписанные городецкой, жостовской, хохломской, гжельской росписью. Глиняные фигурки дымковских игрушек, филимоновских; деревянные игрушки. Репродукции картин известных русских и зарубежных художников. Альбомы с пошаговым выполнением рисунка и лепки. Детский мольберт ,альбомы с видами росписи.

**Патриотический уголок.** Набор картин с основными достопримечательностями города Урюпинска. Набор открыток, альбом, посвящённый городу-герою Волгограду. Куклы в национальных костюмах народов России,книгио Урюпинске и Волгограде, иллюстрации с видами разных уголков России.

Для ведения учебно-воспитательного процесса в соответствии с программой в группе имеются:

Книги:

Энциклопедия «Животный мир», «Тело человека», энциклопедия дошкольника, «Большая книга о животных», «Всемирная география», «Золотая книга сказок» и т. д.

Дидактические игры и пособия. Электровикторина «Умный малыш». Планшет для изучения букв и звуков,.Палочки Кьюизенера, блоки Дьёнеша. Настольная игра «Крестики-нолики»; «Геоконт», «Волшебный квадрат»- Воскобовича; Д/и «Моделируем по схемам», «Математическая карусель», д/и «Живая и неживая природа», «От Плутония до Меркурия»; набор театральных кукол по сказке «Зайкина избушка», «Теремок», «Волк и семеро козлят».

***Методики, технологии, средства воспитания, обучения и развития детей группы, а также подходы к формированию предметно - развивающей среды***.

На современном этапе развития педагогики существуют технологии, которые обеспечивают преемственность дошкольного и начального уровня общего образования. Успешно зарекомендовали себя:

* здоровьесберегающие технологии;
* технологии проектного обучения;
* личностно ориентированная технология;
* игровые технологии А.В.Воскобовича, А.М.Никитина, проблемное обучение, коммуникативные технологии, педагогические системы В.Ф. Шаталова, Е.Н. Ильина, Н.А. Зайцева, технология интерактивного спектакля.

**Предметно – развивающая среда** согласно требованиям ФГОС дошкольного образования является насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

Групповая комната в детском саду представлена тремя основными зонами –

1. учебная зона,

2. игровая зона,

3. зона личного пространства

При построении развивающей среды в группе учитывались принципы построения развивающей среды:

-принцип открытости и доступности;

-гибкого зонирования;

-стабильности–динамичности развивающей среды;

-полифункциональности

Все групповое пространство доступно детям: игрушки, дидактический материал, игры. Они прекрасно знают, где взять бумагу, краски, карандаши, природный материал, костюмы и атрибуты для игр инсценировок.

СОДЕРЖАНИЕ ДЕТСКИХ ИГРОВЫХ УГОЛКОВ:

**Описание предметно – развивающей среды группы**

Предметно - развивающая среда согласно требованиям ФГОС дошкольного образования является насыщенной, трансформируемой полифункциональной вариативной, доступной и безопасной.

Всё групповое пространство доступно детям: игрушки, дидактический материал, настольные игры, бумага, краски, карандаши, конструкторы, природный материал, костюмы, маски , раскраски и прочее .

Мебель группового помещения подобрана в теплой цветовой гамме, изготовлена по индивидуальным эскизам, разработанным с учетом особенностей помещения и последующему зонированию. Мебель мобильна и легко трансформируется, что позволяет каждому воспитателю менять интерьер по мере необходимости. Все это создает благоприятную психологическую обстановку, положительный эмоциональный настрой. Групповые помещения условно разделены на зоны, плавно переходящие одна в другую: учебная зона, центр творчества, книжный уголок, уголок природы и экспериментирования, центр сюжетной игры, центр строительства, музыкальный уголок, физкультурный уголок, театральный уголок.

***Учебная зона*** оснащена традиционными материалами (картины – предметные и сюжетные, репродукции, альбомы, дидактический материал, наборы открыток и фотографий, дидактические игры, счетная и музыкальная лесенка, схемы, модели, плакаты), аудиовизуальные пособия (диафильмы, диапозитивы, магнитофонные кассеты, CD-диски, DVD-диски и материалами нового поколения. В группе имеются технические средства: музыкальный центр, при необходимости используется мультимедийное оборудование. Материал подобран сбалансировано, сообразно педагогической ценности и предназначен для расширения, обобщения и систематизации опыта детей. Оснащена игротекой, в которой находятся игровые материалы, способствующие речевому, познавательному и математическому развитию детей. Это дидактические, развивающие и логико-математические игры, направленные на развитие логического действия сравнения, логических операций классификации, узнаванию по описанию, воссоздания, преобразования; ориентировке по схеме, модели на осуществление контрольно – проверочных действий («Найди ошибки художника», «Так бывает?»), на следование и чередование. Для развития логики это игры с логическими блоками Дьенеша, головоломки, развивающие игры на плоскостное и объемное моделирование, палочки Кюизенера. Детям доступны тетради на печатной основе, познавательные книги, занимательный материал.

**Уголок математики**:

развитие у детей математических представлений; совершенствование ориентировки в пространстве и на плоскости; развитие умения работать с геометрическим материалом. Имеются разнообразные игры и пособия на развитие логики , мышления , внимания . Счётный , наглядный и раздаточный материал .

- Дидактические игры математического содержания : " Геометрическое лото" , " Чудесный мешочек" , " Геометрическая мозаика" , " Целое из частей" , " Сложи фигуру" , "Какой цифры не хватает ", "Цветовая неделька" , "Радуга" , " Математическая рыбалка" , " Числовой ряд" , " Математические домики" , "Детям о времени" , "Составь задачу" , " Сложи узор" , " Математические упражнения" и т.д. .  
;- перфокарты, ребусы;  
- разнообразные головоломки;  
- пособия для формирования временных представлений;  
- занимательный и познавательный математический материал;

- пособия и материалы для счета (комплекты цифр, математических знаков), геометрические фигуры;  
- наборы геометрических фигур, счетного материала для магнитной доски;  
- измерительные приборы; - развивающие игры: блоки Дьенеша, палочки Кьюизера, счётные палочки , схемы;

- игры на плоскостное моделирование: Таграм, Колумбово яйцо ; - пирамидки, предметные картинки .

**Книжный уголок «В гостях у сказки»**

освоение родного языка; воспитание духовной культуры, развитие представлений о человеке в истории и культуре через ознакомление с книгой. - детские книги по программе;  
- любимые книги детей (книги по интересам);

- тематические альбомы; домино, кубики «Угадай сказку»

- сезонная литература;  
- портреты детских писателей;  
- книги-самоделки (изготовленные детьми, детьми совместно с родителями);  
- книги, знакомящие с культурой русского народа, сказки, загадки.

- стеллаж для книг, стол, стулья;  
- магнитофон с набором аудиокассет, дисков с записью литературных произведений.

- материал для изготовления книжек-самоделок «Сотвори книгу сам»;  
- схема «Правила работы с книгой»

**Сюжетно - ролевые игры :**

развитие игрового опыта каждого ребенка; воспитание коммуникативных навыков, желания объединиться для совместной игры, соблюдать в игре определенные правила; развитие творческого воображения, фантазии; закрепление в игре примеров социального, речевого поведения; учить детей устанавливать взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, воспитывать дружеские взаимоотношения, культуру поведения. " Дорога" , " Водители"

Игровой материал: игровые машины , флажки регулировщика : красный , зелёный ; знаки дорожные ; жезлы милицейские ; автозаправочная станция , рули ; кепки с трафаретами : "такси" , "молоко", "скорая помощь" , "пожарная" , "хлеб" , " стройка", грузы" ; игрушки - заменители. " Почта"

Игровой материал: кепка почтальона, сумка почтальона, газеты, письма, открытки , разные бланки , посылочки маленькие , почтовый штамп , весы , почтовый ящик , карандаш для записей.

" Детский сад" Игровой материал: тетрадь для записи детей, куклы , мебель , посуда кухонная и столовая , наборы для уборки , медицинские инструменты , одежда для повара ,врача, медсестры и т.д.

" Дом, семья " Игровой материал : предметы домашнего обихода , куклы Буратино, Дум Думыч, Русская красавица, мебель- кровать, стулья ,табуреты, шкаф.

" «Дочки матери»"Игровой материал : предметы домашнего обихода ,куклы,коляска." Столовая:Игровой материал : колпаки , косыночки , фартуки, детская посуда : столовая , чайная , кухонная ; плитка; муляжи : продуктов, овощей, фруктов; меню, подносы; детские трубочки для коктейля, коробочки из-под соков и йогуртов ; ухватка .

- «Медицинский центр» : "Больница" , " Поликлиника" , " Аптека" Игровой материал : белые халаты , чепчики , фонендоскоп, градусник, шприц , ампулы, вата , бинт, пинцет, ножницы, мази, таблетки, порошки, лекарственные травы , рецепты , санитарная сумка, чеки, инвентарь для уборки ( ведра , метла , совки) , столовая посуда , аптечка " скорая помощь , кроватка и т.д. .кукла Доктор Айболит.Магазин " Магнит"

Игровой материал : овощи , фрукты , выпечка, конфеты, крупы, печенья, соки, форма для продавца , весы, чеки, сумка , рекламки, журналы , кошельки ,ценники, оборудование для уборки, машина для перевозки товаров и пр.

- " Фотоателье" Игровой материал : детские фотоаппараты , зеркало, расчёска, фотоплёнки, образцы фотографий , рамки для фотографий, фотоальбомы, деньги , чеки, касса .

- " Швейное ателье" Игровой материал : разнообразные ткани; наборы, содержащие нитки, иголки, пуговицы, напёрстки; швейная машина; ножницы; выкройки ( лекала); сантиметровая лента; утюг; гладильная доска; фартуки для швеи, журнал мод , зеркало - трюмо; квитанции . -" Парикмахерская "\_ " Салон красоты"

Игровой материал : зеркало ; набор расчёсок ; бритва; ножницы; машинка для стрижки волос ; фен для сушки ; лак для волос; одеколон ; духи ; туалетная вода; лак для ногтей ; детская косметика; полотенца ; касса ; чеки; деньги; швабра ; ведро: совок ; метла.

- " Библиотека" Игровой материал : формуляры , книги , картотека. - --------Зоопарк"

Игровой материал : крупный строительный материал ; дикие животные ( игрушки) ; посуда для кормления животных ; инвентарь для уборки ( вёдра, метла, совки), халаты ,шапки ; санитарная сумка ( фонендоскоп , градусник . вата, бинт, пинцет, ножницы, шприц, мази, таблетки, порошки ), касса , билеты , деньги.

- " Цирк" Игровой материал: афиши, билеты, программки, элементы костюмов, атрибуты ( носики, колпаки , свистульки, мыльные пузыри , "ушки" ) , гирлянды, флажки, атрибуты для цирковых акробатов ( канаты, обручи, шары, булавы) , косметические наборы , спец. одежда для билетёров , работников буфета.

- " Строительство" Игровой материал : планы строительства, различные строительные материалы , униформа, каски, инструменты, строительная техника, образцы материалов, журналы по дизайну , предметы- заместители .

-" «Российская Армия" Игровой материал : пилотки и накидки 2-3 шт. , шлем танкиста , береты десантника, бинокль, силуэты оружия ( игрушки) , рация , планшет для командира, карта, котелок,наборысолдатиковивоенныхмашин..

- " Космос" Игровой материал : ракета - макет , шлемы космические , атлас " Космос" , карты : Земли , Луны, звёздного неба ; машина - Луноход ; антенна; рация; пульт управления; наушники ; планшет ; блокнот; фотоаппарат ; открытки : планет, звёздного неба .

- " Школа" Игровой материал : портфель , книги , ручки, карандаши, указка, карта, глобус, журнал учителя , повязка для дежурных.

 - дидактические игры социально-нравственного характера;  
- дидактические игры, направленные на знакомство с предметным миром и трудом взрослых;  
- картинки с изображением различных трудовых процессов;  
 - альбомы «Наша группа», «Моя семья», »Наши увлечения», «Игрушка моей семьи», «Сотрудники ДОУ» и др;

-атрибуты для сюжетно-ролевых игр; - наборы игрушек и предметов, помогающие отобразить социальный быт: игрушечная бытовая техника, мебель, посуда, игрушки-орудия труда;  
- разнообразные технические игрушки: заводные, инерционные;  
- игрушки-персонажи, куклы, отражающие половую принадлежность, фигурки животных (взрослых и их детенышей);

 - предметы-заместители;

**Уголок творчества:**

развитие у детей интереса и желания заниматься изобразительной деятельностью; закрепление умений и навыков в рисовании, лепке, аппликации; расширение представлений о цвете, свойствах и качествах различных материалах; развитие пальцевой моторики, творческого воображения, творческой фантазии.

 - репродукции картин, произведения графики, альбомы;  
- книжки-раскраски с образцами;  
- картотека тематических книжек-раскрасок;  
- альбомы для рассматривания «Городецкая игрушка», «Хохломская роспись», и др.;  
- дидактические  игры для развития творческих способностей «Исправь ошибку художника» «Чего не хватает»;

- цветная и белая бумага, картон, наклейки, ткани, нитки, ленты, самоклеющаяся пленка;  
- восковые и акварельные краски, мелки, гуашь, восковые мелки, фломастеры разной толщины, цветные карандаши, графитные карандаши, набор шариковых ручек, вата, ватные палочки, губки, угольный карандаш;   
- пластилин, тесто, наборы для детского творчества;  
- материалы для декора: бусины, семена, фантики, тесьма, фольга   
инструменты: кисти различные, ножницы, палитры, доски для лепки, валик, палочки, штампы, поролон, трафареты по темам;  
- панно для выставки детских работ, магнитная доска, мольберты;  
- клеенчатые скатерти, разносы, банки, подставки;

- схемы последовательного рисования предмета;  
- пооперационные карты, отражающие последовательность действий по созданию образа из пластилина, бумаги и других материалов;

**Уголок конструирования**:развитие пространственного мышления, совершенствование навыков работы

 - наборы конструкторов: крупногабаритный, напольный, конструктор типа «лего», мелкий, средний;  
- мозаики крупные, средние, мелкие;  
 - пазлы;  
- строительный материал: кубики, призмы, кирпичики, пластины;  
- нетрадиционный материал:   
картонные коробки, оклеенные цветной пленкой, бумагой;  
- контейнеры разных размеров;  
- игрушки для обыгрывания построек;  
- игрушки-трансформеры;

- алгоритмы выполнения различных построек;

**Физкультурный уголок**:продолжать работу по укреплению здоровья: закаливать организм, совершенствовать  основные движения, формировать правильную осанку, воспитывать гигиенические привычки, телесную рефлексию. Поддерживать интерес к разным видам спорта. Развивать двигательную активность  детей.

 -дидактические игры, направленные на знакомство детей с разными видами спорта;  
 - книги о спорте и ЗОЖ;  
 - альбомы и фотографии с известными спортсменами;  
- картинки, фотографии, иллюстрации с видами спорта;  
- картотеки игр: подвижных, малой подвижности; на развитие дыхания;  
 - картотекикоррегирующей гимнастики;  
 - зарисовки о последовательности выполнения упражнений, движений;  
 - рисунки детей о спорте;

- спортивный инвентарь (кегли, мячи, обручи, дуги, «кольцеброс»  и др.)   
 - нетрадиционное спортивное оборудование; бутылочки для дыхания, массажные коврики, массажеры.

**Уголок безопасности дорожного движения:**

закреплять правила дорожного движения.Учить детей применять полученные знания в совместной игровой деятельности.

-подборка книг (А. Северин «Три чудесных цвета», Н.В. Алешина «Санки», А. Дорохов «Влиятельная палочка», С. Михалков «Дядя Степа - милиционер»), иллюстрации с различными видами транспорта;

-дидактические игры («Внимание! Переходим улицу», «Разрешается -запрещается», «Найди свой домик»); «О чём говорят знаки?», «Угадай знак», «Где спрятался знак?», «Перекрёсток», «Наша улица»

-картотека наблюдений («Опасные участки улиц», «Дорожные знаки»);

-картотека подвижных игр («Перекресток», «Красный, желтый, зеленый», «Перейди улицу» и др.).

-информативные плакаты из серии «Я и улица», «Мой друг -светофор»;

- всевозможные игрушки: транспортные средства, светофор, фуражка милиционера, жезл регулировщика;

-макет улицы, макет «Перекресток»; светофор;

- дорожные знаки.

-схемы жестов регулировщика;

-раскраски, ребусы;

-схемы проблемных игровых ситуаций.

**Уголок по пожарной безопасности** : закрепить правила поведения при возникновении очага возгорания , телефон пожарной службы .

Материал : пожарный щит , плакат " Правила пожарной безопасности" , соответствующая художественная литература.

**Уголок по ОБЖ :** закрепить правила поведения в повседневной жизни , когда человеку грозит опасность : на улице , дома , у водоёма .

Материал : Дидактическая игра , машина МЧС , соответствующая художественная литература.

**Уголок «Родные просторы»:** всесторонне изучение родного города, края, страны; расширение области социально-нравственных чувств и ориентаций, пробуждение любви к родному городу, краю, России, воспитание патриотических чувств, чувства любви к родному городу.

- тематические альбомы: «Наш детский сад», «Моя семья», «Наш город», «Есть такая профессия», «Россия» (города, костюмы), предметы одежды и быта казаков, других регионов России;   
- художественная литература (стихи, рассказы, произведения о родном крае, России).   
- традиции, обычаи, фольклор казаков , других регионов России (описания, иллюстрации);  
- дидактические игры по краеведению   
- флаг, гербы и другая символика города Урюпинска, города Волгограда, России; Фотография президента РФ.

- видеокассеты, диски с записью природы родного края, достопримечательностей родного города, достопримечательностей других городов России.

**Музыкальный уголок**

развитие музыкальных способностей и творческих проявлений; развитие музыкального слуха, внимания, эмоциональной отзывчивости; приобщение  детей к истокам народного творчества; развитие речевого творчества детей на основе литературных произведений; формирование навыков речевого общения, наиболее полного перевоплощения с использованием мимики, пантомимики, голоса, интонации; развитие творческого воображения и подражательности, работа над выразительным исполнением ролей;

- музыкально-дидактические игры(«Угадай какой инструмент звучит», «», и др.),

- фото, портреты известных композиторов,   
- музыкальные книги, открытки;  
 - магнитофон;  
- комплект кассет, дисков;  
- детские музыкальные инструменты: металлофон, дудочки, свистульки, барабан, детское пианино (игрушечное), бубен, губная гармошка, маракасы, трещотка, деревянные ложки и др.  
-  звучащие предметы- заместители  
- музыкальные шкатулки, игрушки,

- картотека дидактических игр, направленные на развитие творческих, артистичных способностей;  
- мини-сценарии детских постановок, праздников;  
- фото детей в театральных постановках.

-ширма;  
-костюмы, маски, атрибуты для постановки различных сказок;

Для работы с детьми по организации театрализованной деятельности в группе функционирует **театральный уголок,** в котором имеются различные виды театра: вязаный перчаточный театр «Репка», «Веселые звери», конусный театр «Красная Шапочка», «Три поросенка», «Кот в сапогах», кукольный «Красная Шапочка», «Три поросенка», «Царевна лягушка», «Маша и Медведь», «Кот в сапогах», «Кот, петух, леса», «Три медведя» и др.; настольный «Дюймовочка», «Репка», «Теремок», «Маша иМедведь», «Кот в сапогах», театр шагающих пальчиков «Зимовье зверей», «Три Поросенка», «Колобок», магнитный «Снежная Королева», «Волк и семеро козлят», «Гуси-лебеди»; пальчиковый «Семья», «Сорока-ворона»; театр на фланелеграфе «Винни-пух», «Айболит», «Снегурочка»; теневой «Маша и Медведь», «Колобок» и др.; театр дисков «Смешарики», театр носков, ложек, на палочках «Веселые звери»; настольный деревянный театр «Волк и козлята», «Репка»;клоун-марионетка, собрана коллекция масок, полумасок домашних животных, птиц, насекомых, морские береты, кокошники, короны, маски фруктов и овощей; костюмы Красной Шапочки, Белки, Лисы, Фокусника, атрибуты для сюжетно-ролевых игр.В группе создана картотека театральных игр, упражнений по ритмопластике, игр на выражение различных эмоций, игр-превращений, игр для развития мимики и пантомимики, коммуникативных игр-упражнений.

- зеркало, парики;  
- аудиозаписи детских песен;  
- аудиозаписи различных звуков окружающего мира;

**Уголок речи и  грамоты:**   развитие правильного физиологического дыхания, закрепление в речи чистого произношения  звуков; обучение различным способам словообразования; формирование грамматически правильной речи.

- дидактические игры, направленные на развитие фонематического слуха, звуковой культуры речи, развитие словаря, грамматического строя речи, для автоматизации и дифференциации поставленных звуков: «Звуковое лото», «Чудесный мешочек». «Кто в домике живёт?», «Подбери картинку», «Глаголы в картинках», «Назови одним словом», «Четвёртый лишний».  
- картотека пальчиковых, коммуникативных, словесных игр;

- картотека предметных картинок.

- предметы, пособия, игрушки для развития мелкой моторики, правильного дыхания, тактильных ощущений: " Надуй шарик» , " Мыльные пузыри" , " Султанчики" ;  
 - фишки, разноцветные магниты для звукового анализа и синтеза , звуковая линейка;  
- разрезная азбука, кубики «Азбука», настенный алфавит, магнитная азбука.

- мнемотаблицы для составления рассказов и заучивания стихов;  
- игры на развитие связной речи : " Расскажи сказку" , " Истории в картинках" , "Что сначала , что потом" , " Иллюстрации к сказкам" , " Алгоритм для составления описательного рассказа " , " Предметы для сюжетов " , " Расскажи про детский сад " , "Телефон" , " Сам себе сказочник" и другие ; - Картотека артикуляционных игр и упражнений ; - игры на звукоподражание : " Эхо" , " Мама и малыши" .

**Уголок природы и уголок экспериментальной деятельности объединены в один:** стимулировать и поддерживать познавательный интерес детей к природным объектам; формировать трудовые навыки по уходу за живыми объектами; воспитывать бережное отношение к природе;развитие первичных естественнонаучных представлений; наблюдательности, любознательности,

активности, мыслительных  операций (анализ, сравнение, обобщение, классификация, наблюдение); формирование умений комплексно обследовать предмет.

- дидактические игры, направленные на формирование и развитие экологического познания окружающего мира;  
- модели строения растений, признаков живого;  
- альбомы, фотографии, иллюстрации, картины, слайды с изображением среды обитания, объектов живой и неживой природы;

- календари погоды и природы;

- подборка стихов, пословиц, поговорок, примет, загадок о природе;   
- рисунки о природе и поделки детей из природного материала;  
- макеты;

- живые объекты: комнатные растения.

- инвентарь для ухода за растениями: лейки, опрыскиватель, палочки для рыхления почвы, горшочки, передники, нарукавники ,фартуки.  
- инвентарь для посадки семян и рассады;  
- «огород на окне».

- алгоритм выполнения трудовых операций по уходу за комнатными растениями.

- **Наглядный материал** по временам года , птицы , домашние животные , дикие животные , животные России , ягоды , фрукты, овощи, полевые цветы , лекарственные растения, " Рассказы о природе " , " Комнатные растения", " Энциклопедия о животных и пр.

**Уголок экспериментальной деятельности** :

- книги познавательного характера, атласы;  
- тематические альбомы;  
- коллекции;

-материалы распределены по разделам: «Песок и вода», «Звук», «Магниты», «Бумага», «Свет»,  «Стекло», «Резина»;  
- природный материал: песок, вода, глина, камни, ракушки,  спил и листья деревьев, мох, семена, почва разных видов и др.);  
кусочки кожи, меха, ткани, пластмассы, дерева, пробки и т.д.;  
- технические материалы: гайки, скрепки, болты, гвозди, винтики, шурупы, детали конструктора и т.д.;  
- разные виды бумаги: обычная, картон, наждачная, копировальная и т.д.;  
- красители: пищевые и непищевые (гуашь, акварельные краски и др.);  
- медицинские материалы: пипетки, колбы, деревянные палочки, мерные ложки, резиновые груши и др.;  
- прочие материалы: зеркала, воздушные шары, масло, мука, соль, сахар, цветные и прозрачные стекла, сито, свечи и д.р.;  
- клеенчатые фартуки, нарукавники, резиновые перчатки.

Таким образом, предметно - развивающая среда в нашей группе создаёт условия для взаимодействия, сотрудничества, обеспечивает максимально комфортное состояние ребёнка и его развитие. Эстетическая среда вызывает у детей чувство радости, эмоционально положительное отношение к детскому саду; обогащает новыми впечатлениями и знаниями; побуждает к активной творческой деятельности; способствует интеллектуальному развитию детей дошкольного возраста.

**Содержательный раздел (основная часть)**

**Общие сведения о группе** :

Дети-инвалиды: 1

Дети с ОВЗ: 2

В старшей группе на начало учебного года 24человек: 6 девочек, 18 мальчиков. Все дети соответствуют возрастной рамке данной группы. В группе 2 ребенка из неполных семей, 3 - многодетных семей.

Состав родителей:

Многодетные: 3

Мать -одиночка: 2

Образование:

высшее: 3

средне - специальное: 19

среднее:2.

**Режим дня в старшей группе**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные процессы** | **Время** |
| Прием детей на улице. Самостоятельная деятельность детей. Игры | 7.00 – 8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 – 8.10 |
| Подготовка к завтраку | 8.10 – 8.20 |
| Завтрак | 8.20 – 8.40 |
| Самостоятельная деятельность | 8.40 – 9.00 |
| Организационная образовательная деятельность | 9.00 – 9.25  9.35 – 10.00  10.10 -10.35 |
| Второй завтрак | 10.00 -10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 10.35 -12.20 |
| Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду | 12.20 -12.30 |
| Обед | 12.30 -13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00 -15.00 |
| Подъем. Гимнастика после сна | 15.00 -15.20 |
| Подготовка к полднику | 15.20 -15.25 |
| Полдник | 15.25 -15.45 |
| Совместная деятельность детей и взрослых | 15.45 -16.40 |
| Подготовка к ужину | 16.40 -16.50 |
| Ужин | 16.50 -17.10 |
| Прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход домой | 17.10 -19.00 |

**РЕЖИМ ДНЯ**

**СТАРШАЯ ГРУППА**

**(ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Прием и осмотр, игры. Утренняя гимнастика | 07.00-08.25 |
| 2 | Подготовка к завтраку, завтрак | 08.25-08.55 |
| 3 | Второй завтрак | 10.00-10.10 |
| 4 | Игры, подготовка к прогулке, прогулка: игры, наблюдения, труд на прогулке, воздушные и солнечные процедуры на прогулке | 08.55-12.20 |
| 5 | Возвращение с прогулки, водные процедуры | 12.20-12.30 |
| 6 | Подготовка к обеду, обед | 12.30-13.00 |
| 7 | Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00-15.30 |
| 8 | Постепенный подъем | 15.30-15.45 |
| 9 | Подготовка к полднику, полдник | 15.45-16.10 |
| 10 | Игры, подготовка к прогулке, прогулка, игры. | 16.10-17.00 |
| 11 | Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину, ужин. | 17.00 – 17.20 |
| 12 | Игры, прогулка, уход домой | 17.20 -19.00 |

**Расписание НОД**

**в старшей группе**

**МАДОУ «Детский сад №9 «Журавушка»**

***Старшая группа***

***Понедельник***

*1. Художественная литература 9.00–9.25*

*2. Лепка 9.30 – 9.55*

*3.Физкультурное занятие 10.05-10.30*

***Вторник***

*1. Формирование элементарных математических представлений 9.00-9.25*

*2. Музыкальное 9.35-10.00*

*3. Рисование 10.10-10.35*

***Среда***

*1.Развитие речи 9.00-9.25*

*2. Аппликация 9.35-10.00*

*3. Физкультура 10.10-10.35*

***Четверг***

*1.Подготовка к обучению грамоте 9.00 – 9.25*

*2. Экология 9.35-9.55*

*3. Музыкальное 10.20.-10.45*

***Пятница***

*1. Конструирование 9.00 – 9.25*

*2.Ребенок и окружающий мир 9.35- 10.00*

*3. Физкультурное занятие на прогулке 10.30-10.55*

*Интеграция образовательных областей:*

*Физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие, речевое развитие*

**Старший дошкольный возраст**

***Социально-коммуникативное развитие***

***Цель***социально-коммуникативного развития детей(согласно ФГОС ДО): освоение первоначальных представлений социального характера:позитивная социализация детей дошкольного возраста, приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства.

В области социально-коммуникативного развития ребенка в условиях информационной социализации основными ***задачами*** образовательной деятельности являются создание условий для:

– развития положительного отношения ребенка к себе и другим людям; коммуникативной и социальной компетентности; формирования гендерной, семейной принадлежности (ребенок в семье и обществе);

– развития игровой деятельности;

- развития трудовой деятельности (самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание);

- формирования основ безопасности.

***Направления социально-коммуникативного развития согласно ФГОС ДО:***

- развитие игровой деятельности детей;

- патриотическое воспитание;

- формирование основ безопасности жизнедеятельности;

- трудовое воспитание.

*В сфере развития положительного отношения ребенка к себе и другим людям*

Взрослые создают условия для формирования у ребенка положительного самоощущения – уверенности в своих возможностях, в том, что он хороший, его любят. Способствуют развитию у ребенка чувства собственного достоинства, осознанию своих прав и свобод (иметь собственное мнение, выбирать друзей, игрушки, виды деятельности, иметь личные вещи, по собственному усмотрению использовать личное время).

Взрослые способствуют развитию положительного отношения ребенка к окружающим его людям: воспитывают уважение и терпимость к другим детям и взрослым, вне зависимости от их социального происхождения, расовой и национальной принадлежности, языка, вероисповедания, пола, возраста, личностного и поведенческого своеобразия; воспитывают уважение к чувству собственного достоинства других людей, их мнениям, желаниям, взглядам.

*В сфере развития коммуникативной и социальной компетентности*

У детей с самого раннего возраста возникает потребность в общении и социальных контактах. Первый социальный опыт дети приобретают в семье, в повседневной жизни, принимая участие в различных семейных событиях. Уклад жизни и ценности семьи оказывают влияние на социально-коммуникативное развитие детей.

Взрослые создают в детском саду различные возможности для приобщения детей к ценностям сотрудничества с другими людьми, прежде всего реализуя принципы личностно-развивающего общения и содействия, предоставляя детям возможность принимать участие в различных событиях, планировать совместную работу. Это способствует развитию у детей чувства личной ответственности, ответственности за другого человека, чувства «общего дела», понимания необходимости согласовывать с партнерами по деятельности мнения и действия.

Взрослые помогают детям распознавать эмоциональные переживания и состояния окружающих, выражать собственные переживания. Способствуют формированию у детей представлений о добре и зле, обсуждая с ними различные ситуации из жизни, из рассказов, сказок, обращая внимание на проявления щедрости, жадности, честности, лживости, злости, доброты и др., таким образом создавая условия освоения ребенком этических правил и норм поведения.

Взрослые предоставляют детям возможность выражать свои переживания, чувства, взгляды, убеждения и выбирать способы их выражения, исходя из имеющегося у них опыта. Эти возможности свободного самовыражения играют ключевую роль в развитии речи и коммуникативных способностей, расширяют словарный запас и умение логично и связно выражать свои мысли, развивают готовность принятия на себя ответственности в соответствии с уровнем развития. Интерес и внимание взрослых к многообразным проявлениям ребенка, его интересам и склонностям повышает его доверие к себе, веру в свои силы. Возможность внести свой вклад в общее дело и повлиять на ход событий, например при участии в планировании, возможность выбора содержания и способов своей деятельности помогает детям со временем приобрести способность и готовность к самостоятельности и участию в жизни общества, что характеризует взрослого человека современного общества, осознающего ответственность за себя и сообщество.

Взрослые способствуют развитию у детей социальных навыков: при возникновении конфликтных ситуаций не вмешиваются, позволяя детям решить конфликт самостоятельно и помогая им только в случае необходимости. В различных социальных ситуациях дети учатся договариваться, соблюдать очередность, устанавливать новые контакты. Взрослые способствуют освоению детьми элементарных правил этикета и безопасного поведения дома, на улице. Создают условия для развития бережного, ответственного отношения ребенка к окружающей природе, рукотворному миру, а также способствуют усвоению детьми правил безопасного поведения, прежде всего на своем собственном примере и примере других, сопровождая собственные действия и/или действия детей комментариями.

*В сфере развития игровой деятельности*

Взрослые создают условия для свободной игры детей, организуют и поощряют участие детей в сюжетно-ролевых, дидактических, развивающих компьютерных играх и других игровых формах; поддерживают творческую импровизацию в игре. Используют дидактические игры и игровые приемы в разных видах деятельности и при выполнении режимных моментов.

*В сфере развития трудовой деятельности*

Взрослые создают условия для развития навыков самообслуживания; становления самостоятельности, воспитания культурно-гигиенических навыков. Взрослые дают позитивные установки к различным видам труда и творчества. Здесь происходит формирование представлений о труде взрослых, его роли в обществе и жизни каждого человека.

*В сфере формирования основ безопасности*

Взрослый дает детям представления о безопасности поведения в быту, социуме, природе. Воспитывает осознанное отношение к выполнению правил безопасности.

***Формы организации образовательной деятельности:***

- сюжетная игра;

- игры, организованные самими детьми;

- рассматривание;

- наблюдение;

- конструирование;

- исследовательская деятельность;

- развивающая игра;

- экскурсия;

- ситуативный разговор;

- рассказ;

- беседа;

- проблемная ситуация;

- проектная деятельность;

- трудовое поручение и др.

***Познавательное развитие***

***Цель*** познавательного развития детей(согласно ФГОС ДО):развитие познавательных интересов и познавательных способностей детей, которые можно подразделить на сенсорные, интеллектуально-познавательные и интеллектуально-творческие.

В области познавательного развития ребенка основными ***задачами***образовательной деятельностиявляются создание условий для:

– развития любознательности, познавательной активности, познавательных способностей детей (формирование элементарных математических представлений, развитие познавательно-исследовательской деятельности);

– развития представлений в разных сферах знаний об окружающей действительности, в том числе о виртуальной среде (ознакомление с предметным окружением, с социальным миром, с миром природы).

***Направления познавательного развития согласно ФГОС ДО:***

-сенсорное развитие, формирование элементарных математических представлений;

- развитие познавательно-исследовательской и конструктивной деятельности;

- формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей (предметное и социальное окружение, ознакомление с природой).

*В сфере развития любознательности, познавательной активности, познавательных способностей*

Взрослые создают насыщенную предметно-пространственную среду, стимулирующую познавательный интерес детей, исследовательскую активность, элементарное экспериментирование с различными веществами, предметами, материалами. Ребенок с самого раннего возраста проявляет исследовательскую активность и интерес к окружающим предметам и их свойствам, а в возрасте 3-5 лет уже обладает необходимыми предпосылками для того, чтобы открывать явления из естественнонаучной области, устанавливая и понимая простые причинные взаимосвязи «если… то…».

Уже в своей повседневной жизни ребенок приобретает многообразный опыт соприкосновения с объектами природы – воздухом, водой, огнем, землей (почвой), светом, различными объектами живой и неживой природы и т. п. Ему нравится наблюдать природные явления, исследовать их, экспериментировать с ними. Он строит гипотезы и собственные теории, объясняющие явления, знакомится с первичными закономерностями, делает попытки разбираться во взаимосвязях, присущих этой сфере.

Возможность свободных практических действий с разнообразными материалами, участие в элементарных опытах и экспериментах имеет большое значение для умственного и эмоционально-волевого развития ребенка, способствует построению целостной картины мира, оказывает стойкий долговременный эффект. У ребенка формируется понимание, что окружающий мир полон загадок, тайн, которые еще предстоит разгадать. Таким образом, перед ребенком открывается познавательная перспектива дальнейшего изучения природы, мотивация расширять и углублять свои знания. Помимо поддержки исследовательской активности, взрослый организует познавательные игры, поощряет интерес детей к различным развивающим играм и занятиям, например лото, шашкам, шахматам, конструированию и пр.

*В сфере развития представлений в разных сферах знаний об окружающей действительности*

Взрослые создают возможности для развития у детей общих представлений об окружающем мире, о себе, других людях, в том числе общих представлений в естественнонаучной области, математике, экологии. Взрослые читают книги, проводят беседы, экскурсии, организуют просмотр фильмов, иллюстраций познавательного содержания и предоставляют информацию в других формах. Побуждают детей задавать вопросы, рассуждать, строить гипотезы относительно наблюдаемых явлений, событий. Знакомство с социокультурным окружением предполагает знакомство с названиями улиц, зданий, сооружений, организаций и их назначением, с транспортом, дорожным движением и правилами безопасности, с различными профессиями людей. Усвоение детьми ценностей, норм и правил, принятых в обществе, лучше всего происходит при непосредственном участии детей в его жизни, в практических ситуациях, предоставляющих поводы и темы для дальнейшего обсуждения.

Широчайшие возможности для познавательного развития предоставляет свободная игра. Следуя интересам и игровым потребностям детей, взрослые создают для нее условия, поддерживают игровые (ролевые) действия, при необходимости предлагают варианты развертывания сюжетов, в том числе связанных с историей и культурой, а также с правилами поведения и ролями людей в социуме. Участвуя в повседневной жизни, наблюдая за взрослыми, ребенок развивает математические способности и получает первоначальные представления о значении для человека счета, чисел, приобретает знания о формах, размерах, весе окружающих предметов, времени и пространстве, закономерностях и структурах. Испытывая положительные эмоции от обращения с формами, количествами, числами, а также с пространством и временем, ребенок незаметно для себя начинает еще до школы осваивать их математическое содержание. Благодаря освоению математического содержания окружающего мира в дошкольном возрасте у большинства детей развиваются предпосылки успешного учения в школе и дальнейшего изучения математики на протяжении всей жизни. Для этого важно, чтобы освоение математического содержания на ранних ступенях образования сопровождалось позитивными эмоциями – радостью и удовольствием. Предлагая детям математическое содержание, нужно также иметь в виду, что их индивидуальные возможности и предпочтения будут различными и поэтому освоение детьми математического содержания носит сугубо индивидуальный характер. По завершении этапа дошкольного образования между детьми наблюдается большой разброс в знаниях, умениях и навыках, касающихся математического содержания.

В соответствии с принципом интеграции образовательных областей Программа предполагает взаимосвязь математического содержания с другими разделами Программы. Особенно тесно математическое развитие в раннем и дошкольном возрасте связано с социально-коммуникативным и речевым развитием. Развитие математического мышления происходит и совершенствуется через речевую коммуникацию с другими детьми и взрослыми, включенную в контекст взаимодействия в конкретных ситуациях. Воспитатели систематически используют ситуации повседневной жизни для математического развития, например, классифицируют предметы, явления, выявляют последовательности в процессе действий «сначала это, потом то…» (ход времени, развитие сюжета в сказках и историях, порядок выполнения деятельности и др.), способствуют формированию пространственного восприятия (спереди, сзади, рядом, справа, слева и др.) и т. п., осуществляя при этом речевое сопровождение. Элементы математики содержатся и могут отрабатываться на занятиях музыкой и танцами, движением и спортом. На музыкальных занятиях при освоении ритма танца, при выполнении физических упражнений дети могут осваивать счет, развивать пространственную координацию. Для этого воспитателем совместно с детьми осуществляется вербализация математических знаний, например фразами «две ноги и две руки», «встать парами», «рассчитаться на первый и второй», «в команде играем вчетвером»; «выполняем движения под музыку в такт: раз, два, три, раз, два, три»; «встаем в круг» и др. Математические элементы могут возникать в рисунках детей (фигуры, узоры), при лепке, конструировании и др. видах детской творческой активности. Воспитатели обращают внимание детей на эти элементы, проговаривая их содержание и употребляя соответствующие слова- понятия (круглый, больше, меньше, спираль – о домике улитки, квадратный, треугольный – о рисунке дома с окнами и т. п.). У детей развивается способность ориентироваться в пространстве (право, лево, вперед, назад и т. п.); сравнивать, обобщать (различать, классифицировать) предметы; понимать последовательности, количества и величины; выявлять различные соотношения (например, больше – меньше, толще – тоньше, длиннее – короче, тяжелее – легче и др.); применять основные понятия, структурирующие время (например, до – после, вчера – сегодня – завтра, названия месяцев и дней); правильно называть дни недели, месяцы, времена года, части суток. Дети получают первичные представления о геометрических формах и признаках предметов и объектов (например, круглый, с углами, с таким-то количеством вершин и граней), о геометрических телах (например, куб, цилиндр, шар). У детей формируются представления об использовании слов, обозначающих числа. Они начинают считать различные объекты (например, предметы, звуки и т. п.) до 10, 20 и далее, в зависимости от индивидуальных особенностей развития. Развивается понимание соотношения между количеством предметов и обозначающим это количество числовым символом; понимание того, что число является выражением количества, длины, веса, времени или денежной суммы; понимание назначения цифр как способа кодировки и маркировки числа (например, номер телефона, почтовый индекс, номер маршрута автобуса). Развивается умение применять такие понятия, как «больше, меньше, равно»; устанавливать соотношения (например, «как часто», «как много», «насколько больше») использовать в речи геометрические понятия (например, «треугольник, прямоугольник, квадрат, круг, куб, шар, цилиндр, точка, сторона, угол, площадь, вершина угла, грань»). Развивается способность воспринимать «на глаз» небольшие множества до 6–10 объектов (например, при играх с использованием игральных костей или на пальцах рук). Развивается способность применять математические знания и умения в практических ситуациях в повседневной жизни (например, чтобы положить в чашку с чаем две ложки сахара), в различных видах образовательной деятельности (например, чтобы разделить кубики поровну между участниками игры), в том числе в других образовательных областях.

Развитию математических представлений способствует наличие соответствующих математических материалов, подходящих для счета, сравнения, сортировки, выкладывания последовательностей и т. п.

***Речевое развитие***

***Цель*** речевого развития детей(согласно ФГОС ДО):формирование устной речи и навыков речевого общения с окружающими на основе овладения литературным языком.

Содержание образовательной области «Речевое развитие» направлено на:

- развитие свободного общения с взрослыми и детьми;

- развитие всех компонентов устной речи детей (лексической стороны, грамматического строя речи, произносительной стороны речи; связной речи – диалогической и монологической форм) в различных формах и видах детской деятельности;

-практическое овладение воспитанниками нормами речи ***и включает следующие разделы:***

*«Развитие речи», содержание которого направлено на:*

 - пополнение и активизация словаря детей на основе углубления знаний о ближайшем окружении;

- развитие артикуляционного аппарата детей;

- формирование правильного звукопроизношения;

- развитие фонематического слуха;

- совершенствование интонационной выразительности речи;

- формирование различных видов связной речи, совершенствование диалогической и монологической форм речи;

- коррекцию различных нарушений речи детей.

*«Подготовка к обучению грамоте», содержание которого направлено на:*

- развитие фонематического слуха, совершенствования владения грамматическим строем языка;

- обучение детей в составлении предложений, членении простых предложений на слова с указанием их последовательности;

- совершенствованиезвуко-буквенного анализа;

- формирование умения делить двусложные и трехсложные слова с открытыми слогами на части, составлять слова из слогов (устно).

*«Художественная литература», содержание которого направлено на:*

- ознакомление детей с детскими писателями и поэтами;

- расширение знаний детей о различных произведениях художественной литературы;

- формирование представлений о различных литературных жанрах и жанрах фольклора;

- воспитание интереса к литературному творчеству, любви к книге.

В области речевого развития ребенка основными ***задачами***образовательной деятельностиявляются создание условий для:

– формирования основы речевой и языковой культуры, развитие и совершенствование разных сторон речи ребенка: (обогащение активного словаря, овладение речью как средством общения, развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха, развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи, речевого творчества, формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте)

– приобщения детей к культуре чтения художественной литературы, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы.

*В сфере совершенствования разных сторон речи ребенка*

Речевое развитие ребенка связано с умением вступать в коммуникацию с другими людьми, умением слушать, воспринимать речь говорящего и реагировать на нее собственным откликом, адекватными эмоциями, то есть тесно связано с социально-коммуникативным развитием. Полноценное речевое развитие помогает дошкольнику устанавливать контакты, делиться впечатлениями. Оно способствует взаимопониманию, разрешению конфликтных ситуаций, регулированию речевых действий. Речь как важнейшее средство общения позволяет каждому ребенку участвовать в беседах, играх, проектах, спектаклях, занятиях и др., проявляя при этом свою индивидуальность. Педагоги должны стимулировать общение, сопровождающее различные виды деятельности детей, например, поддерживать обмен мнениями по поводу детских рисунков, рассказов и т. д.

Овладение речью (диалогической и монологической) не является изолированным процессом, оно происходит естественным образом в процессе коммуникации: во время обсуждения детьми (между собой или со взрослыми) содержания, которое их интересует, действий, в которые они вовлечены. Таким образом, стимулирование речевого развития является сквозным принципом ежедневной педагогической деятельности во всех образовательных областях.

Взрослые создают возможности для формирования и развития звуковой культуры, образной, интонационной и грамматической сторон речи, фонематического слуха, правильного звуко- и словопроизношения, поощряют разучивание стихотворений, скороговорок, чистоговорок, песен; организуют речевые игры, стимулируют словотворчество.

*В сфере приобщения детей к культуре чтения литературных произведений*

Взрослые читают детям книги, стихи, вспоминают содержание и обсуждают вместе с детьми прочитанное, способствуя пониманию, в том числе на слух. Детям, которые хотят читать сами, предоставляется такая возможность. У детей активно развивается способность к использованию речи в повседневном общении, а также стимулируется использование речи в области познавательно-исследовательского, художественно-эстетического, социально-коммуникативного и других видов развития. Взрослые могут стимулировать использование речи для познавательно-исследовательского развития детей, например отвечая на вопросы «Почему?..», «Когда?..», обращая внимание детей на последовательность повседневных событий, различия и сходства, причинно-следственные связи, развивая идеи, высказанные детьми, вербально дополняя их.

Детям с низким уровнем речевого развития взрослые позволяют отвечать на вопросы не только словесно, но и с помощью жестикуляции или специальных средств.

Речевому развитию способствуют наличие в развивающей предметно-пространственной среде открытого доступа детей к различным литературным изданиям, предоставление места для рассматривания и чтения детьми соответствующих их возрасту книг, наличие других дополнительных материалов, например плакатов и картин, рассказов в картинках, аудиозаписей литературных произведений и песен, а также других материалов.

Программа оставляет Организации право выбора способа речевого развития детей, в том числе с учетом особенностей реализуемых основных образовательных программ, используемых вариативных образовательных программ и других особенностей реализуемой образовательной деятельности.

***Средства развития речи:***

- общение взрослых и детей;

- культурная языковая среда;

- обучение родной речи на занятиях;

- художественная литература;

- театрализованная деятельность;

- занятия по другим разделам программы.

***Методы развития речи:***

*Наглядные:* непосредственное наблюдение и его разновидности (наблюдение в природе, на экскурсии); опосредованное наблюдение (изобразительная наглядность, рассматривание игрушек и картин, рассказывание по игрушкам и картинам); *Словесные:* чтение и рассказывание художественных произведений, пересказ, заучивание наизусть, обобщающая беседа, рассказывание без опоры на наглядность.

*Практические:* игры-драматизации, дидактические игры, инсценировки, дидактические упражнения, этюды, хороводные игры, метод моделирования, творческие задания.

***Приемы развития речи:***

*Словесные:* речевой образец, повторное проговаривание, объяснение, указание, оценка детской речи, вопрос.

*Наглядные:* показ иллюстрированного материала, показ положения органов артикуляции при обучении правильному звукопроизношению.

*Игровые:* игровое сюжетно-событийное развертывание, игровые проблемно-практические ситуации, игра-драматизация с акцентом на эмоциональное переживание, имитационно-моделирующие игры, дидактические игры.

***Художественно-эстетическое развитие***

***Цель:***художественно-эстетического развития детей(согласно ФГОС ДО):формирование интереса к эстетической стороне окружающей действительности, удовлетворение потребности детей в самовыражении, развитие творческой деятельности: художественной, музыкальной, художественно-речевой.

В области художественно-эстетического развития ребенка основными ***задачами*** образовательной деятельностиявляются создание условий для:

– развития у детей интереса к эстетической стороне действительности, ознакомления с разными видами и жанрами искусства (словесного, музыкального, изобразительного), в том числе народного творчества;

– развития способности к восприятию музыки, художественной литературы, фольклора;

– приобщения к разным видам художественно-эстетической деятельности, развития потребности в творческом самовыражении, инициативности и самостоятельности в воплощении художественного замысла;

- развития детской одаренности, поддержки детской инициативы через успешную интеграцию основных образовательных областей в процессе театрализованной деятельности.

***Направления художественно-эстетического развития, согласно ФГОС ДО:***

- рисование;

- лепка;

- творческое конструирование;

- музыкальное развитие;

- конструктивно-модельная деятельность;

- театрализованное развитие.

*В сфере развития у детей интереса к эстетической стороне действительности, ознакомления с разными видами и жанрами искусства, в том числе народного творчества*

Программа относит к образовательной области художественно-эстетического развития приобщение детей к эстетическому познанию и переживанию мира, к искусству и культуре в широком смысле, а также творческую деятельность детей в изобразительном, пластическом, музыкальном, литературном и др. видах художественно-творческой деятельности. Эстетическое отношение к миру опирается прежде всего на восприятие действительности разными органами чувств. Взрослые способствуют накоплению у детей сенсорного опыта, обогащению чувственных впечатлений, развитию эмоциональной отзывчивости на красоту природы и рукотворного мира, сопереживания персонажам художественной литературы и

фольклора.

Взрослые знакомят детей с классическими произведениями литературы, живописи, музыки, театрального искусства, произведениями народного творчества, рассматривают иллюстрации в художественных альбомах, организуют экскурсии на природу, в музеи, демонстрируют фильмы соответствующего содержания, обращаются к другим источникам художественно-эстетической информации.

*В сфере приобщения к разным видам художественно-эстетической деятельности, развития потребности в творческом самовыражении, инициативности и самостоятельности в воплощении художественного замысла*

Взрослые создают возможности для творческого самовыражения детей: поддерживают инициативу, стремление к импровизации при самостоятельном воплощении ребенком художественных замыслов; вовлекают детей в разные виды художественно-эстетической деятельности, в сюжетно-ролевые и режиссерские игры, помогают осваивать различные средства, материалы, способы реализации замыслов.

*В изобразительной деятельности (рисовании, лепке) и художественном конструировании*

Взрослые предлагают детям экспериментировать с цветом, придумывать и создавать композицию; осваивать различные художественные техники, использовать разнообразные материалы и средства.

*В музыкальной деятельности (танцах, пении, игре на детских музыкальных инструментах):*

– создавать художественные образы с помощью пластических средств, ритма, темпа, высоты и силы звука.

*В театрализованной деятельности, сюжетно-ролевой и режиссерской игре* – языковыми средствами, средствами мимики, пантомимы, интонации передавать характер, переживания, настроения персонажей.

***Формы организованной образовательной деятельности:***

- фронтальная организованная деятельность;

- индивидуальная организованная деятельность;

- художественно-эстетическая деятельность в ходе другой организованной деятельности;

- праздники, развлечения;

- театрализованная деятельность;

- игровая деятельность;

- самостоятельная деятельность детей.

***Физическое развитие***

***Цель***физического развития детей(согласно ФГОС ДО)**:** формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

В области физического развития ребенка основными ***задачами***образовательной деятельностиявляются создание условий для:

– формирования начальных представлений о здоровом образе жизни;

– развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;

– приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности (физическая культура);

–формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

***Направления физического развития, согласно ФГОС ДО:***

Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

- двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;

- способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук;

-связанных с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);

- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;

- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

*В сфере формирования начальных представлений о здоровом образе жизни*

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

*В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте* .

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка. Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма. Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

***Формы организованной образовательной деятельности:***

- утренняя гимнастика;

- гимнастика после дневного сна;

- подвижные, спортивные игры;

- физические упражнения;

- соревнования;

- оздоровительные прогулки;

- физкультурные занятия в помещении;

- физкультурные занятия на улице;

- физкультурные досуги, дни здоровья, неделя здоровья;

- закаливающие процедуры.

***Условия реализации программы***

1) *Климатические особенности:*

При организации образовательного процесса учитываются климатические особенности региона. Урюпинский район Волгоградской области – муниципальное образование с административным центром в городе Урюпинске, расположенное на северо-западе региона.

Климат области засушливый, с резко выраженной континентальностью. Северо-западная часть находится в зоне лесостепи, восточная — в зоне полупустынь, приближаясь к настоящим пустыням. Средняя температура января от -8 до -12, июля от 23 до 25. Среднегодовое количество осадков выпадает на северо-западе до 500 мм, на юго-востоке — менее 300 мм. Абсолютный максимум тепла +42…+44 °C наблюдается обычно в июле — августе. Абсолютный минимум температуры воздуха составляет −36… −42 °C и наблюдается в январе — феврале.

Среднемноголетние сроки образования устойчивого снежного покрова в северных районах — 11—17 декабря, в южных — 20—25 декабря. Снежный покров сохраняется от 90 до 110 дней. Средние значения высоты снежного покрова колеблются от 13 до 22 см.

Зима в Волгоградской области, как правило, начинается в декабре и длится 70—90 дней. Весна обычно короткая, наступает в марте — апреле. Лето устанавливается в мае, иногда в июне и продолжается около 3-х с половиной месяцев. Осень длится с конца сентября до начала декабря.

Территория Волгоградской области делится на четыре агроклиматические зоны: степная, сухостепная, пустынная и полупустынная.

Расположенная в зоне сухих степей и полупустынь, Волгоградская область относится к малолесным регионам. Животный мир области довольно богат и своеобразен, что обусловлено особенностями её географического положения и климата, разнообразием и контрастностью ландшафтов. По предварительным оценкам, на территории области обитает более 15 тысяч видов беспозвоночных и около 500 видов позвоночных животных, в том числе около 9 тысяч видов насекомых, более 80 видов пауков, 80 видов рыб, 8 видов земноводных, 11 видов пресмыкающихся, 299 видов птиц и около 80 видов млекопитающих. Встречаются ядовитые животные.

Широкий спектр экологических условий и богатый набор местообитаний от болотных до полупустынных, вкраплённых в основной фон степного ландшафта, обеспечивают возможность для существования животных с разными типами ареалов и экологическими требованиями к среде обитания.

Земли региона разделены водной артерией Хопер на две части, абсолютно различные по ландшафту. Запад – гористый, а восток – низменный.

Мир животных и растений в этих землях очень разнообразен. Самым уникальным зверьком является выхухоль, которая полюбила речку за ее чистоту. Также часто можно увидеть оленей и лосей, куниц и косуль, кабанов, барсуков, и еще более 200 видов пернатых и 38 разновидностей рыб.

Отсюда следует:

В режим дня группы ежедневно включены бодрящая гимнастика, упражнения для профилактики плоскостопия, дыхательная гимнастика. В холодное время года удлиняется пребывание детей на открытом воздухе. В теплое время года – жизнедеятельность детей, преимущественно, организуется на открытом воздухе.

Исходя из климатических особенностей региона, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:

1. холодный период: учебный год (сентябрь-май, составляется определенный режим дня и расписание непосредственно образовательной деятельности;

2. летний период (июнь-август, для которого составляется другой режим дня.

2) *Демографические особенности:*

Анализ социального статуса семей выявил, что в дошкольном учреждении воспитываются дети из полных (88,56%), из неполных (10,4%) и многодетных (1,04 %) семей. Основной состав родителей – среднеобеспеченные, с высшим (6,16%) и средним профессиональным (79,2%), общим средним (1,64%) образованием.

3) *Национально – культурные особенности:*

Этнический состав воспитанников группы: русские. Обучение и воспитание в ДОУ осуществляется на русском языке.

Основной контингент воспитанников проживает в условиях города. Реализация регионального компонента осуществляется через знакомство с национально-культурными особенностями города Урюпинск. Знакомясь с родным краем, его достопримечательностями, ребенок учится осознавать себя, живущим в определенный временной период, в определенных этнокультурных условиях. Данная информация реализуется через целевые прогулки, беседы, проекты в разделе Программы «Мой город» 1 раз в неделю.

**Система работы с родителями**

Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьёй - создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника , повышение компетентности родителей в области воспитания

**Основные формы взаимодействия с семьёй :**

Знакомство с семьёй: встречи - знакомства; посещение семей, анкетирование.

Информирование родителей о ходе образовательного процесса:

дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, организация выставок детского творчества, приглашение родителей на праздники, досуги, развлечения; создание памяток, общение с родителями через интернет ресурсы.

Образование родителей: проведение мастер - классов, лекции.

Совместная деятельность: привлечение родителей к организации конкурсов, праздников , маршрутов выходного дня , прогулок , экскурсий , к участию в исследовательской и проектной деятельности , оформления развивающей среды в группе и участка для прогулки детей.

**Содержание направлений работы с семьёй по образовательным областям**

**Образовательная область " Физическое воспитание"**

Разъяснить родителям (через оформление соответствующего раздела в«уголке для родителей", на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу ) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребёнка.

Ориентировать родителей на формирование у ребёнка положительного отношения к физкультуре и спорту ; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику ( это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку) ; стимулирование двигательной активности ребёнка совместными спортивными занятиями ( лыжи, коньки, фитнес) , совместными подвижными играми , двигательными прогулками в парк или лес ; создание дома спортивного уголка ; покупка ребёнку спортивного инвентаря ( мячик , скакалка, лыжи , коньки , велосипед , самокат и т.д.) ; совместное чтение литературы , посвящённой спорту ; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов .

Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития , а также о возможностях детского сада в решении данных задач .

**Образовательная область " Социально - коммуникативное развитие "**

**Формирование основ безопасности.**

Показывать родителям значение развития экологического сознания как условия всеобщей выживаемости природы, семьи, отдельного человека, всего человечества .

Знакомить родителей с опасными для здоровья ребёнка ситуациями, возникающими дома, на даче , на дороге , в лесу , у водоёма , и способами поведения в них .

Направлять внимание родителей на развитие у детей способности видеть, осознавать и избегать опасности .

Информировать родителей о необходимости создания благоприятных и безопасных условий пребывания детей на улице (соблюдать технику безопасности во время игр и развлечений на каруселях,накачелях, на горке , в песочнице , во время катания на велосипеде, во время отдыха у водоёма и т.д.)

Рассказать о необходимости создания безопасных условий пребывания детей дома ( не держать в доступных для них местах лекарства , предметы бытовой химии , электрические приборы; содержать в порядке электрические розетки ;не оставлять детей без присмотра в комнате , где открыты окна и балконы и т.д.).

Информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации (звать на помощь взрослых; называть свою фамилию , имя; при необходимости : фамилию , имя и отчество родителей , адрес и телефон ; при необходимости звонить по телефону экстренной помощи - "01" . "02", "03" и т.д .

Побуждать родителей на личном примередемонстрировать детям соблюдение правил безопасного поведения на дорогах, бережное отношение к природе и т.д.

Ориентировать родителей на совместное с ребёнком чтение литературы , посвящённой сохранению и укреплению здоровья , просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов .

Знакомить родителей с формами работы дошкольного учреждения по проблеме безопасности детей дошкольного возраста.

**Ребёнок в семье и сообществе, патриотическое воспитание**

Знакомить родителей с достижениями и трудностями общественного воспитания в детском саду.

Показывать родителям значение матери, отца, дедушек и бабушек, воспитателей, детей (сверстников, младших и старших детей ) в развитии взаимодействия ребёнка с социумом, понимания социальных норм поведения.

Подчёркивать ценность каждого ребёнка для общества вне зависимости от его индивидуальных особенностей и этнической принадлежности.

Заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию.

Поддерживать семью в выстраивании взаимодействия ребёнка с незнакомыми взрослыми и детьми в детском саду ( например, на этапе освоения новой предметно - развивающей среды детского сада, группы - при поступлении в детский сад, переходе в новую группу , смене воспитателей и других ситуациях) , вне его ( например, в ходе проектной деятельности ).

Привлекать родителей к составлению соглашения о сотрудничестве , программы и плана взаимодействия семьи и детского сада в воспитании детей.

Сопровождать и поддерживать семью в реализации воспитательных воздействий.

**Трудовое воспитание**

Знакомить родителей с возможностями трудового воспитания в семье и детском саду ; показать необходимость самообслуживания , помощи взрослым , наличия у ребёнка домашних обязанностей .

Знакомить с лучшим опытом семейного трудового воспитания посредством выставок , мастер - классов и других форм взаимодействия.

Побуждать близких взрослых знакомить детей с домашним и профессиональным трудом , показать его результаты, обращать внимание на отношение членов семьи к труду .

Привлекать внимание родителей к различным формам совместной с детьми трудовой деятельности в детском саду и дома , способствующей формированию взаимодействия взрослых с детьми , возникновению чувства единения, радости , гордости за результаты общего труда .

Ориентировать родителей на совместное с ребёнком чтение литературы , посвящённой различным профессиям , труду; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов .

Проводить совместные с родителями конкурсы , акции по благоустройству и озеленению территории детского сада , ориентируясь на потребности и возможности детей .

**Образовательная область " Познавательное развитие "**

Обращать внимание родителей на возможности интеллектуального развития ребёнка в семье и детском саду .

Ориентировать родителей на развитие у ребёнка потребности к познанию , общению со взрослыми и сверстниками .

Обращать их внимание на ценность детских вопросов.

Побуждать находить на них ответы посредством совместных с ребёнком наблюдений , экспериментов , размышлений , чтения художественной и познавательной литературы , просмотра художественных , документальных видеофильмов.

Показывать пользу прогулок и экскурсий для получения разнообразных впечатлений , вызывающих положительные эмоции и ощущения ( зрительные , слуховые , тактильные и др. ).

Привлекать родителей к совместной с детьми исследовательской, проектной и продуктивной деятельности в детском саду и дома, способствующей возникновению познавательной активности.

Проводить совместные с семьёй конкурсы, игры - викторины.

**Образовательная область " Речевое развитие "**

Изучать особенности общения взрослых с детьми в семье.

Обращать внимание родителей на возможности развития коммуникативной среды ребёнка в семье и детском саду.

Рекомендовать родителям использовать каждую возможность для общения с ребёнком, поводом для которого могут стать любые события и связанные с ними эмоциональные состояния, достижения и трудности ребёнка в развитии взаимодействия с миром и др.

Показать родителям ценность диалогического общения с ребёнком, открывающего возможность для познания окружающего мира, обмена информацией и эмоциями.

Развивать у родителей навыки общения, используя семейные ассамблеи, коммуникативные тренинги и другие формы взаимодействия.

Показать значение доброго, тёплого общения с ребёнком.

Побуждать родителей помогать ребёнку устанавливать взаимоотношения со сверстниками, младшими детьми; рассказывать, как легче решить конфликтную ситуацию.

Привлекать родителей к разнообразному по содержанию и формам сотрудничеству (участию в деятельности семейных и родительских клубов, ведению семейных календарей, подготовке концертных номеров ( родители - ребёнок ) для родительских собраний, досугов детей, способствующему развитию свободного общения взрослых с детьми в соответствии с познавательными потребностями дошкольников .

**Чтение художественной литературы**

Показать родителям ценность домашнего чтения, выступающего способом развития пассивного и активного словаря ребёнка, словесного творчества.

Рекомендовать родителям произведения, определяющие круг семейного чтения в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями ребёнка.

Показать методы и приёмы ознакомления ребёнка с художественной литературой.

Обращать внимание родителей на возможность развития интереса ребёнка в ходе ознакомления с художественной литературой при организации семейных театров, вовлечения его в игровую деятельность, рисование.

Ориентировать родителей в выборе художественных и мультипликационных фильмов, направленных на развитие художественного вкуса ребёнка.

Поддерживать контакты семьи с детской библиотекой .

Привлекать родителей к проектной деятельности ( особенно на стадии оформления альбомов, газет, журналов, книг, проиллюстрированных вместе с детьми ).

Побуждать поддерживать детское сочинительство.

**Образовательная область " Художественно - эстетическое развитие "**

**Изобразительная деятельность**

На примере лучших образцов семейного воспитания показать родителям актуальность развития интереса к эстетической стороне окружающей действительности, раннего развития творческих способностей детей.

Знакомить с возможностями детского сада, а также близлежащих учреждений дополнительного образования и культуры в художественном воспитании детей.

Поддерживать стремление родителей развивать художественную деятельность детей в детском саду и дома; организовывать выставки семейного художественного творчества, выделяя творческие достижения взрослых и детей.

Привлекать родителей к активным формам совместной с детьми деятельности, способствующим возникновению творческого вдохновения ; занятием в художественных студиях и мастерских ( рисунка , живописи , скульптуры и пр.) , творческим проектам , экскурсиям и прогулкам .

Ориентировать родителей на совместное рассматривание зданий , декоративно - архитектурных элементов , привлекших внимание ребёнка на прогулках и экскурсиях , показывать ценность увиденного и др.

Организовать семейные посещения музеев города.

**Музыкальная деятельность**

Знакомить родителей с возможностями детского сада, а также близлежащих учреждений дополнительного образования и культуры в музыкальном воспитании детей.

Раскрывать возможности музыки как средства благоприятного воздействия на психическое здоровье ребёнка.

Привлекать родителей к разнообразным формам совместной музыкально - художественной деятельности с детьми в детском саду , способствующим возникновению ярких эмоций , творческого вдохновения , развитию общения ( семейные праздники , концерты , занятия в театральной и вокальной студиях ).

Организовывать в детском саду музыкально - литературные вечера.

***Оценка индивидуального развития воспитанников***

**1 КАРТА освоения программы ДЕТЬМИ 5 – 6 лет**

**«Овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области «Физическое развитие»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | | **Компоненты интегративного качества** | | **Используемые методы и приемы** | |
| **1. *Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей*** | | | | | |
| **1.1** | | легко и быстро засыпает, с аппетитом ест | | наблюдение | |
| **1.2** | | редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1-2 раза в год) | | наблюдение | |
| **2. *Воспитание культурно-гигиенических навыков*** | | | | | |
| **2.1** | | умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу | | наблюдение | |
| **2.2** | | имеет навыки опрятности (замечает непорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых) | | наблюдение | |
| **2.3** | | сформированы элементарные навыки личной гигиены (моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком) | | наблюдение | |
| **2.4** | | владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой | | наблюдение | |
| **3. *Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни*** | | | | | |
| **3.1** | | имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье | | беседа | |
| **3.2** | | знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня | | беседа | |
| **3.3** | | имеет представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека | | беседа | |
| **3.4** | | имеет представление о правилах ухода за больным | | беседа | |
| **4. *Развитие физических качеств***  ***(скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)*** | | | | | |
| **4.1** | | может прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), прыгать через скакалку | | | наблюдение |
| **4.2** | | умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа | | | наблюдение |
| **4.3** | | умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча. | | | наблюдение |
| **5. *Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)*** | | | | | |
| **5.1** | умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп | | наблюдение | | |
| **5.2** | выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие | | наблюдение | | |
| **5.3** | умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом | | наблюдение | | |
| **5.4** | ходит на лыжах скользящим шагом | | наблюдение | | |
| **5.5** | Участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах | | наблюдение | | |
| **6. *Формирование у воспитанников потребности***  ***в двигательной активности и физическом совершенствовании*** | | | | | |
| **6.1** | участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей | | наблюдение | | |
| **6.2** | проявляет самостоятельность, творчество, выразительность движений | | наблюдение | | |
| **6.3** | Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры | | наблюдение | | |
| **6.4** | Проявляет интерес к разным видам спорта | | наблюдение | | |
| **Итого:**  **«**1» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_апрель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «2» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_ апрель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «3» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_апрель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | | |  | | |

**Отметка о развитии: «1», «2», «3»**

**\*** Оценка уровня:

* **«высокий»** уровень - все компоненты интегративного качества отмечены цифрой «3»;
* **«средний»** уровень - большинство компонентов отмечены цифрой «2»;
* **«низкий»** уровень - большинство компонентов отмечены цифрой « 1 ».

**2 КАРТА освоения программы ДЕТЬМИ 5 – 6 лет**

**«Овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области «Социально-коммуникативное развитие»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | | **Компоненты интегративного качества** | | **Используемые методы и приемы** |
| **1. *Развитие игровой деятельности*** | | | | |
| **1.1** | | договаривается с партнерами, во что играть, кто кем будет в игре; подчиняется правилам игры | | наблюдение |
| **1.2** | | умеет разворачивать содержание игры в зависимости от количества играющих детей | | наблюдение |
| **1.3** | | в дидактических играх оценивает свои возможности и без обиды воспринимает проигрыш. | | наблюдение |
| **2. *Приобщение к элементарным социальным нормам и правилам*** | | | | |
| **2.1** | | объясняет правила игры сверстникам | | наблюдение |
| **2.2** | | после просмотра спектакля может оценить игру актера (актеров), используемые средства художественной выразительности и элементы художественного оформления постановки. | | беседа |
| **2.3** | | использует «вежливые» слова | | наблюдение |
| **2.4** | | имеет навык оценивания своих поступков | | наблюдение  беседа |
| **3. *Формирование гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств*** | | | | |
| **3.1** | | имеет представление о работе своих родителей | | наблюдение |
| **3.2** | | знает название своей Родины | | беседа |
| **4. *Развитие трудовой деятельности*** | | | | |
| **4.1** | | соблюдает последовательность в одевании и раздевании, складывает и убирает одежду, приводит ее в порядок, сушит мокрые вещи, ухаживает за обувью | | наблюдение |
| **4.2** | | чистит зубы, умывается по мере необходимости | | наблюдение |
| **4.3** | | самостоятельно выполняет обязанности дежурного по столовой, правильно сервирует стол, выполняет поручения по уходу за растениями в уголке природы | | наблюдение |
| **5. *Воспитание ценностного отношения к собственному труду,***  ***труду других людей и его результатам*** | | | | |
| **5.1** | | доводит начатое дело до конца, поддерживает порядок в группе и на участке детского сада | | наблюдение |
| **5.2** | | может оценить результат своей работы | | беседа |
| **5.3** | | испытывает удовольствие в процессе выполнения интересной для него и полезной для других деятельности | | наблюдение |
| **6. *Формирование первичных представлений о труде взрослых,***  ***его роли в обществе и жизни каждого человека*** | | | | |
| **6.1** | | владеет знаниями о разных профессиях, в том числе творческих: художников, писателей, композиторов | | беседа |
| **6.2** | | имеет представление о значимости труда взрослых, испытывает чувство благодарности к людям за их труд | | беседа |
| **6.3** | | бережно относится к тому, что сделано руками человека | | наблюдение |
| **7. *Формирование осторожного и осмотрительного отношения***  ***к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям*** | | | | |
| **7.1** | | соблюдает элементарные правила организованного поведения в детском саду | наблюдение | |
| **8. *Передача детям знаний о правилах безопасности дорожного движения***  ***в качестве пешехода и пассажира транспортного средства*** | | | | |
| **8.1** | | понимает значения сигналов светофора. Узнает и называет дорожные знаки «Пешеходный переход», «Дети», «Остановка общественного транспорта», «Подземный пешеходный переход», «Пункт медицинской помощи» | беседа | |
| **8.2** | | различает и называет специальные виды транспорта («Скорая помощь», «Пожарная», «Милиция»), объясняет их назначение | наблюдение | |
| **8.3** | | соблюдает элементарные правила поведения на улице и в транспорте, элементарные правила дорожного движения. | наблюдение | |
| **8.4** | | Различает проезжую часть, тротуар, подземный пешеходный переход, пешеходный переход «Зебра» |  | |
| **9. *Приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения*** | | | | |
| **9.1** | | Знает и соблюдает элементарные правила поведения в природе (способы безопасного взаимодействия с растениями и животными, бережного отношения к окружающей природе) | беседа | |
| **10. *Развитие свободного общения со взрослыми и детьми*** | | | | |
| **10.1** | свободно пользуется речью для выражения своих знаний, эмоций, чувств | | наблюдение  беседа | |
| **10.2** | в игровом взаимодействии использует разнообразные ролевые высказывания | | наблюдение | |
| **11. *Развитие всех компонентов устной речи детей*** | | | | |
| **11.1** | использует разнообразную лексику в точном соответствии со смыслом | | наблюдение  беседа | |
| **11.2** | использует сложные предложения разных видов, разнообразные способы словообразования | | наблюдение  беседа | |
| **11.3** | способен правильно произносить все звуки, определять место звука в слове | | наблюдение  беседа | |
| **11.4** | составляет по образцу рассказы по сюжетной картине, по набору картинок; из личного опыта, последовательно, без существенных пропусков пересказывает небольшие литературные произведения | | наблюдение  беседа | |
| **12. *Практическое овладение воспитанниками нормами речи*** | | | | |
| **12.1** | дифференцированно использует разнообразные формулы речевого этикета | | наблюдение  беседа | |
| **12.2** | умеет аргументировано и доброжелательно оценивать высказывание сверстника | | наблюдение  беседа | |
| **Итого:**  **«**1» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_апрель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «2» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_ апрель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «3» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_апрель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | | | | |

**Отметка о развитии: «1», «2», «3»**

**\*** Оценка уровня:

* **«высокий»** уровень - все компоненты интегративного качества отмечены цифрой «3»;
* **«средний»** уровень - большинство компонентов отмечены цифрой «2»;
* **«низкий»** уровень - большинство компонентов отмечены цифрой « 1 ».

**3 КАРТА освоения программы ДЕТЬМИ 5 – 6 лет**

**«Овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области «Познание»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Компоненты интегративного качества** | **Используемые методы и приемы** |
| **1. *Сенсорное развитие*** | | |
| **1.1** | различает и использует в деятельности различные плоскостные формы и объемные фигуры | беседа  наблюдение |
| **1.2** | различает и называет девять основных цветов и их светлые и темные оттенки | беседа  наблюдение |
| **1.3** | различает и называет параметры величины (длина, ширина, высота) и несколько градаций величин данных параметров | беседа  наблюдение |
| **2. *Развитие познавательно-исследовательской и продуктивной***  ***(конструкторской) деятельности*** | | |
| **2.1** | создает постройки по рисунку, схеме, по образцу, по заданию взрослого, самостоятельно подбирая детали | наблюдение |
| **2.2** | владеет способами построения замысла и элементарного планирования своей деятельности | беседа  наблюдение |
| **3. *Формирование элементарных математических представлений*** | | |
| **3.1** | считает (отсчитывает) в пределах 10, правильно пользуется количественными и порядковыми числительными | беседа |
| **3.2** | использует способы опосредованного измерения и сравнения объектов (по длине, ширине, высоте, толщине) | наблюдение |
| **3.3** | ориентируется в пространстве и на плоскости | беседа |
| **3.4** | определяет временные отношения | беседа |
| **4. *Формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей*** | | |
| **4.1** | имеет представления о живой и неживой природе, культуре быта, рукотворном мире, своем городе, стране | беседа |
| **4.2** | классифицирует предметы, объекты природы, обобщая их по определённым признакам | беседа |
| **4.3** | называет времена года, отмечает их особенности, элементарные причинно-следственные зависимости между явлениями природы и состоянием объектов природы и окружающей среды, взаимодействии человека с природой в разное время года | беседа |
| **4.4** | знает и стремится выполнять некоторые правила с правилами поведения в природе | наблюдение |
|  | | |

**Отметка о развитии: «1», «2», «3»**

**\*** Оценка уровня:

* **«высокий»** уровень - все компоненты интегративного качества отмечены цифрой «3»;
* **«средний»** уровень - большинство компонентов отмечены цифрой «2»;
* **«низкий»** уровень - большинство компонентов отмечены цифрой «1».

**4 КАРТА освоения программы ДЕТЬМИ 5 – 6 лет**

**«Овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области «Речевое развитие**»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Компоненты интегративного качества** | **Используемые методы и приемы** |
| **1. *Формирование целостной картины мира,***  ***в том числе первичных ценностных представлений*** | | |
| **1.1** | способен осмысленно воспринимать мотивы поступков, переживания персонажей | наблюдение  беседа |
| **1.2** | знаком с произведениями различной тематики, спецификой произведений разных жанров | наблюдение  беседа |
| **2. *развитие литературной речи*** | | |
| **2.1** | способен эмоционально воспроизводить поэтические произведения, читать стихи по ролям | наблюдение  беседа |
| **2.2** | способен под контролем взрослого пересказывать знакомые произведения, участвовать в их драматизации | наблюдение  беседа |
| **3. *приобщение к словесному искусству,***  ***в том числе развитие художественного восприятия и эстетического вкуса*** | | |
| **3.1** | эмоционально реагирует на поэтические и прозаические художественные произведения | наблюдение  беседа |
| **3.2** | называет любимого детского писателя, любимые сказки и рассказы | наблюдение  беседа |
| **4. *Лексика*** | | |
| **4.1** | способен активизировать имена прилагательные и глаголы, подбирать точные по смыслу слова к речевой ситуации | наблюдение  беседа |
| **4.2** | способен подбирать синонимы и антонимы к заданным словам разных частей речи | наблюдение  беседа  игра |
| **4.3** | понимает и употребляет разные значения многозначных слов | наблюдение  беседа  игра |
| **4.4** | способен дифференцировать обобщающие понятия (дикие и домашние животные) | наблюдение  беседа |
| ***5. Грамматика*** | | |
| **5.1** | умеет образовывать название детенышей животных (лиса — лисенок, корова — теленок); подбирать однокоренные слова, согласовывать имена существительные и имена прилагательные в роде и числе | наблюдение  беседа |
| **5.2** | умеет образовывать трудные формы повелительного и сослагательного наклонения (спрячься!Потанцуй! искал бы); родительного падежа (зайчат, жеребят, ягнят) | наблюдение  беседа |
| **5.3** | умеет строить сложные предложения разных типов | наблюдение  беседа |
| ***6. Фонетика*** | | |
| **6.1** | умеет дифференцировать пары звуков с-з, с-ц, ш-ж, ч-щ л-р различать свистящие, шипящие и сонорные звуки, твердые и мягкие | наблюдение  беседа |
| **6.2** | изменяет силу голоса, темп речи, интонацию в зависимости от содержания высказывания | наблюдение  беседа |
| **6.3** | умеет подбирать слова и фразы, сходные по звучанию | наблюдение  беседа  игра |
| ***7. Связная речь*** | | |
| **7.1** | умеет в предсказывании литературных произведений интонационно передавать диалог действующих лиц, характеристику персонажей | наблюдение  беседа  игра |
| **7.2** | умеет составлять описание, повествование или рассуждение | наблюдение  беседа |
| **7.3** | умеет развивать сюжетную линию в серии картин, соединяя части высказывания разными типами связей | наблюдение  беседа |
| **Итого:**  **«**1» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_апрель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «2» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_ апрель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «3» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_апрель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | | |

**Отметка о развитии: «1», «2», «3»**

**\*** Оценка уровня:

* **«высокий»** уровень - все компоненты интегративного качества отмечены цифрой «3»;
* **«средний»** уровень - большинство компонентов отмечены цифрой «2»;
* **«низкий»** уровень - большинство компонентов отмечены цифрой « 1 ».

**5 КАРТА освоения программы ДЕТЬМИ 5 – 6 лет**

**«Овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области «Художественно-эстетическое творчество»**

**А-1.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Компоненты интегративного качества** | **Используемые методы и приемы** | |
| **1. *Развитие продуктивной деятельности детей***  ***(рисование, лепка, аппликация, художественный труд)*** | | | |
| **1.1** | создает выразительные художественные образы в рисунке, лепке, аппликации, передает характерные признаки предметов и явлений, настроение персонажей | наблюдение | |
| **1.2** | знает особенности изобразительных материалов (гуашь, акварель, мелки, уголь, сангина) | наблюдение | |
| **1.3** | лепит предметы разной формы, используя усвоенные приемы и способы | наблюдение | |
| **1.4** | использует разные способы вырезания и обрывания бумаги для создания образов в аппликации | наблюдение | |
| **2. *Развитие детского творчества*** | | | |
| **2.1** | создает многофигурные композиции на всем листе, используя фризовую и линейную композиции. | наблюдение | |
| **2.2** | самостоятельно комбинирует знакомые техники, помогает осваивать новые | наблюдение | |
| **2.3** | объединяет разные способы изображения (коллаж) | наблюдение | |
| **2.4** | варьирует и интерпретирует элементы при составлении декоративных композиций | наблюдение | |
| **2.5** | использует различные цвета и оттенки для создания выразительных образов | наблюдение | |
| **3. *Приобщение к изобразительному искусству*** | | | |
| **3.1** | различает виды изобразительного искусства (живопись, графика, скульптура, архитектура, декоративно-прикладное искусство) | беседа | |
| **3.2** | выделяет выразительные средства в разных видах искусства (форма, цвет, колорит, композиция) | беседа | |
| **3.3** | имеет представление о художественных промыслах | беседа | |
| **Итого**  «1» сентябрь\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_апрель\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «2» сентябрь\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_апрель\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «3» сентябрь\_\_\_\_\_\_\_\_\_апрель \_\_\_\_\_\_\_\_\_ | | |  |

**А-2.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Компоненты интегративного качества** | **Используемые методы и приемы** |
| **1. *Развитие музыкально-художественной деятельности*** | | |
| **1.1** | различает высокие и низкие звуки | наблюдение  беседа |
| **1.2** | может петь плавно, лёгким звуком, отчётливо произносить слова, своевременно начинать и заканчивать песню, в сопровождении музыкального инструмента | наблюдение  беседа |
| **1.3** | умеет импровизировать мелодии на заданный текст, сочинять мелодии различного характера (колыбельную, марш, вальс) | наблюдение |
| **1.4** | способен выполнять танцевальные движения: поочерёдное выбрасывание ног в прыжке, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд и на месте | наблюдение |
| **1.5** | ритмично двигается в соответствии с характером и динамикой музыки | наблюдение |
| **1.6** | самостоятельно инсценирует содержание песен, хороводов | наблюдение |
|  | умеет придумывать движение к пляскам, танцам, составлять композицию танца, проявляя самостоятельность в творчестве |  |
| **1.7** | исполняет простейшие мелодии на металлофоне | наблюдение |
| **2. *Приобщение к музыкальному искусству*** | | |
| **2.1** | определяет жанры музыкальных произведений (марш, песня, танец), произведения по мелодии, вступлению | беседа |
| **2.2** | различает звучание музыкальных инструментов (фортепиано, скрипка, балалайка, виолончель) | беседа |
| **Итого:**  **«**1» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_апрель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «2» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_ апрель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «3» сентябрь \_\_\_\_\_\_\_\_\_апрель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | | |

**Отметка о развитии: «1», «2», «3»**

**\*** Оценка уровня:

* **«высокий»** уровень - все компоненты интегративного качества отмечены цифрой «3»;
* **«средний»** уровень - большинство компонентов отмечены цифрой «2»;
* **«низкий»** уровень - большинство компонентов отмечены цифрой «1».

***Прогнозируемые результаты освоения программы:***

Определение результатов освоения Программы в конкретном возрастном периоде невозможно без знания особенностей развития детей соответствующей возрастной группы, а также планируемых результатов освоения Программы в предыдущих возрастных периодах дошкольного детства.

Сформированные интегративные качества ребенка – итоговый результат освоения программы. Но каждое качество, являя собой совокупность признаков, свойств, позволяет на протяжении всего периода освоения программы формировать его отдельные составляющие - промежуточные результаты.

Для определения как промежуточных, так и итогового результатов освоения Программы большое значение имеет «социальный портрет» ребенка, освоившего программу. Являясь целевым ориентиром системы дошкольного образования, «социальный портрет» отражает согласованные интересы и потребности семьи, общества и государства в области образования детей дошкольного возраста. Формирование «социального портрета» ребенка, освоившего программу осуществляется также по следующим основаниям:

- по принципу интегративности, или возможности формирования качества в ходе освоения всех или большинства образовательных модулей;

- в соответствии с новообразованиями, появляющимися у ребенка к концу дошкольного возраста, если процесс его развития в ходе освоения программы был правильно организован;

- с учетом возможности формирования того или иного качества в процессе освоения программы.

**В группе функционирует театральный кружок «Сказка».**

Пояснительная записка

Театрализованные  занятия  являются  частью    воспитательно-образовательной    работы, не   только потому, что   в  них  упражняются    отдельные   психические    процессы, но   и   потому, что эти процессы поднимаются  на  более   высокую   ступень   развития. Участвуя  в  театрализованных  занятиях, ребёнок знакомится с окружающим     миром    через образы, краски, звуки. Театрально- игровая деятельность   обогащает детей   новыми впечатлениями, знаниями, умениями, развивает   интерес    к эстетическому  воспитанию    каждого   ребёнка.

Самым популярным и увлекательным направлением в дошкольном воспитании является театр.

   Именно театрализованная деятельность позволяет решать многие педагогические задачи, касающиеся формирования выразительности речи ребенка, интеллектуального и художественно-эстетического воспитания. Участвуя в театрализованных играх, дети становятся участниками разных событий из жизни людей, животных, растений, что дает им возможность глубже познать окружающий мир. Одновременно театрализованная игра прививает ребенку устойчивый интерес к родной культуре, литературе, театру.

   Огромно и воспитательное значение театрализованных игр. У детей формируется уважительное отношение друг к другу. Они познают радость, связанную с преодолением трудностей в общении и неуверенности в себе. Увлеченность детей театрализованной игрой, их внутренний комфорт, раскованность, легкое, не авторитарное общение взрослого и ребенка, почти сразу пропадающий комплекс «я не умею» - все это удивляет и привлекает.

    Очевидно, что театрализованная деятельность учит детей быть творческими. С точки зрения педагогической привлекательности можно говорить об универсальности, игровой природе и социальной направленности, а также о коррекционных возможностях личностями, способными к восприятию новизны, умению импровизировать.

Данная программа кружковой деятельности написана в соответствии с законом «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС ДО,  - Уставом ДОУ, - образовательной программой ДОУ, - программой кружка (цель и задачи); - планом работы кружка на год, - списком детей.Данная рабочая программа предназначена для работы с детьми старшего дошкольного возраста (5-6 лет) и является дополнительным видом образования в форме кружковой работы.

**Цель:**развитие творческой самостоятельности, эстетического вкуса в передаче образа. Воспитание любви к театру и театральной деятельности.

**Задачи:**

Активизировать познавательный интерес детей.

Снимать зажатость и скованность.

Развивать умение согласовывать свои действия с другими детьми.

Учить создавать образы живых существ с помощью выразительных пластических движений.

Воспитывать культуру поведения в театре.

Раскрыть творческую индивидуальность каждого ребенка.

**Формы работы с детьми:**

- этюды;

- игры-импровизации; игры-драматизации;

- инсценировки;

- спектакли;

- проблемные ситуации;

- личный пример;

- артикуляционная гимнастика

- разучивание произведений устного народного творчества

**Содержание работы кружка:**

Работа кружка составлена с учетом реализации межпредметных связей по разделам:

1) «Музыкальное воспитание» - дети учатся слышать в музыке эмоциональное состояние и передавать его движениями, жестами, мимикой;

2) «Изобразительная деятельность» - дети знакомятся с репродукциями картин, близкими по содержанию сказки;

3) «Развитие речи» - у детей развивается четкая, ясная дикция, ведется работа над развитием артикуляционного аппарата с использованием скороговорок, чистоговорок, потешек.

4) «Ознакомление с художественной литературой» - дети знакомятся с литературными произведениями, которые лягут в основу предстоящей постановки спектакля;

5) «Ознакомление с окружающим» - дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природным миром.

**Предполагаемыеумения и навыки в театрализованной деятельности**

-умеют действовать согласованно,включаясьв действие одновременноилипоследовательно

- запоминают заданные позы, описывают внешний вид любого ребенка

- умеют сочинять этюды по сказкам, строить простейший диалог

- умеют произносить скороговорки в разных темпах , с разными интонациями

-умеют выразительно прочитать диалогический стихотворный текст, четко произносить слова с нужными интонациями.

**Приложения к программе:**

\* Календарное планирование воспитательно-образовательной работы

* Тематическое планирование воспитательно-образовательной работы;
* Работа с родителями (план работы, сценарии различных форм сотрудничества с семьями воспитанников: консультации, круглые столы, тренинги, практикумы, семинары, мастер-классы ит.д.) Визуальные средства информации (материалы наглядной пропаганды, размещенные на стендах, в буклетах и памятках и т.д.);
* План работы кружка;
* Описание игр и игровых упражнений;
* Комплексы утренней гимнастики, гимнастики после сна, физкультминутки;
* Планирование мероприятий, направленных на обеспечение безопасности жизнедеятельности;
* План мероприятий по пожарной безопасности;
* План мероприятий по предупреждению детского дорожно-транспортного травматизма.

**Перечень литературных источников**

При разработке Программы использовались следующие литературные источники:

1. Амонашвили Ш.А. Основы гуманной педагогики. В 20 кн. Кн. 6. Педагогическая симфония. Ч. 1. Здравствуйте, Дети! / Шалва Амонашвили. — М. :Амрита, 2013.

2. Антология дошкольного образования: Навигатор образовательных программ дошкольного образования: сборник. – М.: Издательство «Национальное образование», 2015.

3. Асмолов А.Г. Оптика просвещения: социокультурные перспективы. – М.: Просвещение, 2015.

4. Асмолов А.Г. Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека. – М., Академия, 2011.

5. Белая К.Ю. Программы и планы в ДОО. Технология разработки в соответствии с ФГОС ДО. – Издательство «ТЦ Сфера», 2014.

6. Бостельман А., Финк М. Применение портфолио в дошкольных организациях: 3–6 лет. – М.: Издательство «Национальное образование», 2015.

6. Венгер Л.А. Восприятие и обучение. – М., 1969.

7. Веракса Н.Е. и др. Познавательное развитие. – М.: Мозаика-синтез, 2014.

8. Веракса Н.Е. , Комарова Т.С., М.А. Васильева и др. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования. – «Мозаика – Синтез», 2015.

9. Выготский Л.С. Мышление и речь // Собр. соч.: В 6 т. – Т. 2. – М.: Педагогика, 1982.

10. Гнайкова Г.В., Корепанова М.В. Методическое пособие. Основная образовательная программа дошкольного образования. Изд-во ВГАПО, Волгоград, 2015.

11. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: в 2 т. – М.: Педагогика, 1986.

12. Инклюзивная практика в дошкольном образовании: методич. пособие для педагогов дошк. учреждений / под ред. Т.В. Волосовец, Е.Н. Кутеповой. – М.: Мозаика-Синтез,2011.

13. Короткова Н.А., Нежнов П.Г. Наблюдение за развитием детей в дошкольных группах / Изд. 3-е, дораб. – М.: Линка-Пресс, 2014.

14. Корчак Януш. Как любить ребенка / Януш Корчак; пер. с польск. К.Э. Сенкевич. – Москва: АСТ, 2014. (Библиотека Ю. Гиппенрейтер).

15. Корчак Януш. Уважение к ребенку. – СПб.: Питер, 2015.

16. Кравцов Г.Г., Кравцова Е.Е. Психология и педагогика обучения дошкольников: учеб.пособие. – М: Мозаика-Синтез, 2013.

17. Кривцова С.В. ПатяеваЕ.Ю.Семья. Искуство общения с ребенком / под ред. А.Г. Асмолова. – М.: Учебная книга БИС, 2008.

18. Кудрявцев В.Воображение, творчество и личностный рост ребёнка / Владимир Товиевич Кудрявцев.– М.: Чистые пруды, 2010.(Библиотечка “Первого сентября”, серия “Воспитание. Образование. Педагогика”. Вып. 25).

19. Леонтьев А.Н. Психологические основы развития ребенка и обучения. – М.: Смысл, 2012.

20. Лисина М.И. Формирование личности ребенка в общении. – СПб.: Питер, 2009.

21. Манске К. Учение как открытие. Пособие для педагогов. – М.: Смысл, 2014.

22. Мид М. Культура и мир Детства. – М., 1988.

23. Микляева Н.В. Экспресс-конструктор образовательной программы. Методическое пособие для детского сада и дошкольного отделения школы. – Издательство «ТЦ Сфера», 2014.

24. Михайленко Н.Я., Короткова Н.А. Организация сюжетной игры в детском саду. – М., 2009.

25. Михайленко Н.Я., Короткова Н.А. Ориентиры и требования к обновлению содержания дошкольного образования: метод.рекомендации. – М., 1993.

26. Михайлова-Свирская Л.В. Индивидуализация образования детей дошкольного возраста. Пособие для педагогов ДОО (0–7 лет). – М.: Просвещение, 2014.

27. Навигатор образовательных программ дошкольного образования [Электронный ресурс].─ Режим доступа: [http://Navigator.firo.ru](http://navigator.firo.ru/).

28. Уденховен Н. ван, Вазир Р. Новое детство. Как изменились условия и потребности жизни детей. – М.: Университетская книга, 2010.

29. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: учеб.для вузов: гриф МО, М.: Юрайт, 2014.

30. Патяева Е.Ю. От рождения до школы. Первая книга думающего родителя. – М.: Смысл, 2014.

31. Педагогика достоинства: идеология дошкольного и дополнительного образования. – М.: Федеральный институт развития образования, 2014.

32. Поддьяков А.Н. Исследовательское поведение. 2-е изд. испр. и доп. – М.: Издательство «Национальное образование», 2015.

33. Поддьяков Н.Н. Психическое развитие и саморазвитие ребенка-дошкольника. Ближние и дальние горизонты. – М., 2013.

34. Скоролупова О.А. Введение ФГОС дошкольного образования: разработка Образовательной программы ДОУ. – М.: Скрипторий 2003, 2014.

35. Стеркина Р.Б., Юдина Е.Г., Князева О.Л., Авдеева Н.Н.,. Галигузова Л.Н, Мещерякова С.Ю. Аттестация и аккредитация дошкольных образовательных учреждений. – М., АСТ, 1996.

36. Ушинский К. Человек как предмет воспитания Т. 1 Опыт педагогической антропологии / Константин Ушинский. – М., 2012. – 892 с.

37. Шкалы для комплексной оценки качества образования в дошкольных образовательных организациях / под ред. В.К. Загвоздкина, И.В. Кириллова. – М.: Издательство «Национальное образование», 2015. – 116 с.

38. Шулешко Е. Понимание грамотности. О педагогическом решении проблем преемственности в начальном образовании детей от пяти до одиннадцати лет. Книга первая. Условия успеха. Общая организация жизни детей и взрослых в детском саду и начальной школе, их взаимоотношений вне занятий и на занятиях по разным родам деятельности / Под ред. А. Русакова. – СПб.: Образовательные проекты, Участие, Агентство образовательного сотруднгичества, 2011. – 288 с.

39. Эльконин Д.Б. Детская психология: учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений / Д.Б. Эльконин; – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 384 с.

40. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. – М., 1989.

41. Эльконин Д.Б. Психология игры. – М., Владос, 1999.

42. Эриксон Э. Детство и общество / 2-е изд., перераб. и доп.; пер. с англ. – СПб.: Ленато: ACT: Фонд «Университетская книга», 1996.

***Сентябрь***

***Комплекс 3***

1. Игра «Фигуры».

Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную. На сигнал воспитателя (удар в бубен) все останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Воспитатель отмечает наиболее удачные фигуры.

**Упражнения без предметов**

2. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – руки за голову, правую (левую) ногу назад на носок; 2 – вернуться в исходное положение (6 раз).

3. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед к правой (левой) ноге; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (4–6 раз).

4. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за головой. 1 – поворот вправо (влево), правую руку в сторону; 2 – исходное положение (6 раз).

5. И. п. – стойка на коленях, руки вдоль туловища. 1–2 – сесть справа (слева) на бедро, руки вперед (рис. 24); вернуться в исходное положение (4–6 раз).

6. И. п. – сидя на полу, руки в упоре сзади. 1 – поднять вперед-вверх прямые ноги – угол (рис. 25); 2 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

7. И. п. – основная стойка, руки на поясе. Прыжки на двух ногах – левая вперед, правая назад, прыжком сменить положение ног. Выполняется под счет 1–8, затем пауза и снова прыжки (2–3 раза).

8. Игра «У кого мяч?»

Играющие образуют круг. Выбирается водящий, он становится в центр круга, а остальные дети плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной. Воспитатель дает кому-либо мяч (диаметр 6–8 см), и дети за спиной передают его по кругу. Водящий старается угадать, у кого мяч. Он говорит: «Руки!» – и тот, к кому обращаются, должен выставить вперед обе руки ладонями вверх, показывая, что мяча у него нет. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг, а тот, у кого найден мяч, становится водящим. Игра повторяется.

***Сентябрь***

***Комплекс 4***

1. Игровое задание «Быстро возьми!»

Дети образуют круг. По сигналу воспитателя ходьба, затем бег вокруг кубиков, которых должно быть на один или два меньше, чем детей. На сигнал: «Быстро возьми!» каждый играющий должен взять кубик и поднять его над головой. Тот, кто не успел взять кубик, считается проигравшим. Повторить 2 раза.

**Упражнения с палкой**

2. И. п. – основная стойка, палка внизу. 1 – палку вперед, правую (левую) ногу назад на носок; 2 – вернуться в исходное положение (6 раз).

3. И. п. – основная стойка, палка на груди. 1 – присесть, палку вынести вперед; 2 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

4. И. п. – стойка ноги врозь, палка внизу. 1–2 – поворот туловища вправо (влево), руки прямые, колени не сгибать; 3–4 – вернуться в исходное положение (6 раз).

5. И. п. – сидя ноги врозь, палка на коленях. 1 – палку вверх; 2 – наклон вперед, коснуться носка правой (левой) ноги; 3 – выпрямиться, палку вверх; 4 – вернуться в исходное положение (по 3 раза).

6. И. п. – лежа на животе, палка в согнутых руках перед собой. 1 – прогнуться, поднять палку вперед; 2 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

7. И. п. – основная стойка, палка внизу. 1 – прыжком ноги врозь, палку вверх; 2 – вернуться в исходное положение. На счет 1–8, повторить 2–3 раза.

8. Ходьба в колонне по одному с палкой в руках.

**Октябрь**

***Комплекс 5***

1. Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, как петушки, переход на обычную ходьбу; бег в умеренном темпе, ходьба.

**Упражнения без предметов**

2. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – шаг вперед правой ногой, руки за голову; 2 – исходное положение. То же левой ногой (6 раз).

3. И. п. – стойка ноги врозь, руки на поясе. 1 – наклон вправо (влево); 2 – исходное положение (6 раз).

4. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1–2 – присесть, руки вперед; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

5. И. п. – стойка на коленях, руки на поясе. 1–2 – поворот туловища вправо (влево), коснуться правой рукой пятки левой ноги; 3–4 – вернуться в исходное положение (6 раз).

6. И. п. – основная стойка, руки на поясе. На счет 1–4 прыжки на правой ноге; на счет 5–8 прыжки на левой ноге. После небольшой паузы повторить прыжки.

7. Ходьба в колонне по одному.

**Октябрь**

***Комплекс 7***

1. Ходьба и бег между предметами змейкой.

**Упражнения с мячом большого диаметра**

2. И. п. – основная стойка, мяч в обеих руках внизу. 1 – мяч вверх; 2 – шаг вправо (влево); 3 – приставить ногу; 4 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).

3. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч в согнутых руках перед собой. 1–2 – присесть, мяч вперед; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

4. И. п. – стойка ноги врозь, мяч в обеих руках внизу. 1 – мяч вверх, руки прямые; 2 – поворот вправо (влево); 3 – выпрямиться, мяч вверх; 4 – вернуться в исходное положение (4–5 раз).

5. И. п. – сидя, ноги вместе, мяч на стопах, руки в упоре сзади. 1–2 – поднять ноги вверх, скатить мяч на живот, поймать его; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

6. И. п. – основная стойка, мяч внизу. 1–2 – поднимаясь на носки, поднять мяч вверх; 3–4 – вернуться в исходное положение (6–8 раз).

7. Игровое упражнение «Не попадись».

Играющие располагаются вокруг шнура (черты), положенного в форме круга. В центре находится водящий-ловишка. Дети прыгают на двух ногах в круг и из круга по мере приближения ловишки. Тот, кого водящий успел запятнать (дотронуться), получает штрафное очко, но из игры не выбывает. Через 30–40 секунд игра останавливается, подсчитывают количество проигравших. Игра повторяется с другим водящим, выбранным не из числа ранее пойманных.

7. Ходьба в колонне по одному за самым ловким ловишкой.

**Ноябрь**

***Комплекс 9***

1. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя с выполнением упражнений для рук, не прекращая ходьбы; бег врассыпную.

**Упражнения с флажками**

2. И. п. – основная стойка, флажки внизу. 1 – флажки вперед; 2 – флажки вверх; 3 – флажки в стороны; 4 – исходное положение (6–7 раз).

3. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, флажки у груди. 1 – поворот вправо (влево), правую руку в сторону; 2 – исходное положение (6 раз).

4. И. п. – основная стойка, флажки внизу. 1–2 – присесть, флажки вынести вперед; 3–4 – исходное положение (5–7 раз).

5. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, флажки внизу. 1 – флажки в стороны; 2 – наклон вперед к левой (правой) ноге; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (4–6 раз).

6. И. п. – основная стойка, флажки внизу. На счет 1–8 прыжки на двух ногах, небольшая пауза, затем повторить прыжки.

7. И. п. – основная стойка, флажки внизу 1–2 – правую ногу отставить назад на носок, флажки вверх; 3–4 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6–8 раз).

8. Ходьба в колонне по одному.

**Ноябрь**

***Комплекс 12***

1. Игра «Затейник».

Один из играющих выбирается затейником, он становится в середину круга. Остальные дети, взявшись за руки, идут по кругу вправо или влево и произносят:

Ровным кругом, друг за другом,

Мы идем за шагом шаг,

Стой на месте, дружно вместе

Сделаем вот так.

Дети останавливаются, опускают руки. Затейник показывает какое-либо движение, а все дети должны повторить его. После двух повторений выбирается другой водящий.

**Упражнения без предметов**

2. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. 1 – правую руку к плечу; 2 – левую руку к плечу; 3 – правую руку вниз; 4 – левую руку вниз (4–5 раз).

3. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – присесть, руки вперед; 3 – встать, руки в стороны; 4 – исходное положение (6 раз).

4. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – поворот туловища вправо, правую руку в сторону; 2 – исходное положение. То же влево (6–8 раз).

5. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – мах правой ногой вперед, хлопок в ладоши под коленом; 3 – опустить ногу, руки в стороны; 4 – исходное положение. То же левой ногой (4–6 раз).

6. Игра «Удочка». Дети становятся по кругу, на небольшом расстоянии друг от друга. В центре воспитатель вращает по кругу шнур, к концу которого привязан мешочек с песком. По мере приближения мешочка дети выполняют прыжок вверх так, чтобы не задеть его. Тот, кто коснулся мешочка, делает шаг назад и выбывает из игры. После небольшой паузы игра повторяется, вновь участвуют все дети.

7. Ходьба в колонне по одному.

**Декабрь**

***Комплекс 13***

1. Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений для рук по команде воспитателя (руки в стороны, за голову, на пояс) бег между предметами (кубики, кегли) змейкой.

**Упражнения с кубиком**

2. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. 1–2 – поднять руки через стороны вверх, переложить кубик в левую руку; 3–4 – исходное положение (6–7 раз).

3. И. п. – стойка ноги врозь, кубик в правой руке. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед, положить кубик у носка левой ноги; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – наклониться, взять кубик в левую руку. То же левой рукой (4–6 раз).

4. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. 1 – присесть, кубик вперед, переложить в левую руку; 2 – встать, кубик в левой руке (6–7 раз).

5. И. п. – стойка в упоре на коленях, кубик в правой руке. 1 – поворот вправо, положить кубик у носков ног; 2 – выпрямиться, руки на пояс; 3 – поворот вправо, взять кубик; 4 – вернуться в исходное положение, переложить кубик в левую руку. То же влево (по 3 раза).

6. И. п. – основная стойка, руки произвольно, кубик на полу. Прыжки на правой и левой ноге вокруг кубика в чередовании с небольшой паузой. Выполняется на счет 1–8, повторить 2–3 раза.

7. Игровое упражнение «Великаны и гномы».

**Декабрь**

***Комплекс 14***

1. Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную по всему залу.

**Упражнения без предметов**

2. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – поднимаясь на носки, потянуться, руки вверх; 3 – опуститься на всю ступню, руки в стороны; 4 – исходное положение (6–7 раз).

3. И. п. – стойка ноги врозь, руки внизу. 1 – руки за голову; 2–поворот вправо; 3–выпрямиться; 4–исходное положение. То же влево (6 раз).

4. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – присесть, руки вперед, хлопнуть в ладоши; 2 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).

5. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вправо (влево), правую руку вниз, левую вверх; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (6 раз).

6. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – мах правой (левой) ногой, хлопок в ладоши под коленом; 2 – исходное положение (6–8 раз).

7. Ходьба в колонне по одному.

**Январь**

***Комплекс 18***

1. Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную.

**Упражнения с мячом**

2. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу 1–мяч на грудь; 2 – мяч вверх, руки прямые; 3 – мяч на грудь; 4 – вернуться в исходное положение (6–8 раз).

3. И. п. – стойка ноги врозь, мяч на груди. 1–3 – наклониться вперед и прокатить мяч от одной ноги к другой; 4 – исходное положение (5–6 раз).

4. И. п. – стойка в упоре на коленях, мяч в согнутых руках внизу. 1–2 – садясь на пятки и поворачивая туловище вправо, коснуться мячом пола у правого носка; 3–4 – вернуться в исходное положение. То же влево (4–6 раз).

5. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч внизу. 1 – присесть, мяч вынести вперед; 2 – исходное положение (5–6 раз).

6. И. п. – стойка ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Выполнение произвольное.

7. И. п. – основная стойка перед мячом, руки вдоль туловища. Прыжки вокруг мяча в обе стороны на двух ногах, на правой и левой ноге, попеременно, в чередовании с небольшой паузой.

8. Игра «Эхо».

**Январь**

***Комплекс 19***

1. Ходьба в колонне по одному, на носках, руки на поясе. Бег в колонне по одному, бег врассыпную.

**Упражнения без предметов**

2. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – шаг правой ногой вправо, руки за голову; 2 – приставить ногу, вернуться в исходное положение. То же влево (6–8 раз).

3. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, руки на поясе. 1–3 – пружинистые приседания, руки вперед; 4 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).

4. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. 1 – согнуть руки перед грудью; 2 – поворот вправо, руки в стороны (рис. 28); 3 – выпрямиться, руки перед грудью; 4 – исходное положение. То же влево (6 раз).

5. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – руки в стороны; 2 – мах правой ногой вперед-вверх, хлопнуть в ладоши под коленом; 3 – опустить ногу, руки в стороны (рис. 29); 4 – исходное положение. То же левой ногой (4–6 раз). 6. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – шаг вправо; 2 – наклон вправо; 3 – выпрямиться; 4 – исходное положение. То же влево (6–8 раз).

7. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. На счет 1–8 прыжки на правой ноге, небольшая пауза и снова на счет 1–8 прыжки на левой ноге. Повторить 2 раза.

8. Игровое упражнение «Мяч водящему».

Дети распределяются на тройки, один из них водящий. Водящий поочередно бросает мяч игрокам, а те возвращают его обратно. В ходе игры ребята могут меняться местами. Воспитатель следит за тем, чтобы дети не мешали друг другу.

**Февраль**

***Комплекс 22***

1. Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом по сигналу воспитателя.

**Упражнения без предметов**

2. И. п. – основная стойка, руки внизу. 1–2 – отставить правую ногу назад на носок, одновременно поднять руки вверх через стороны; 3–4 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6–7 раз).

3. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1–2 – присесть медленным движением, спину и голову держать прямо; 3–4 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).

4. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за спиной. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед к правой (левой) ноге; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (6–7 раз).

5. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – мах правой ногой вперед; 2 – мах правой ногой назад; 3 – мах правой ногой вперед; 4 – исходное положение. То же левой ногой (4–6 раз).

6. Игра «Удочка».

7. Ходьба в колонне по одному.

**Февраль**

***Комплекс 24***

1. Ходьба и бег в колонне по одному с изменением направления движения по сигналу воспитателя; ходьба и бег врассыпную.

**Упражнения с мячом**

2. И. п. – стойка ноги врозь, мяч в обеих руках перед собой. Броски мяча вверх (невысоко) в произвольном темпе.

3. И. п. – стойка ноги слегка расставлены, мяч в обеих согнутых руках перед собой. Поворот туловища вправо, бросить мяч о пол, поймать его. То же с поворотом влево (по 3–4 раза в каждую сторону).

4. И. п. – стойка в упоре на коленях, сидя на пятках, мяч перед собой на полу. Прокатить мяч вокруг себя вправо, помогая руками. То же выполнить влево (по 3 раза).

5. И. п. – лежа на спине, ноги прямые, мяч за головой. 1–2 – поднять ноги вверх медленным движением, коснуться их мячом; 3–4 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).

6. И. п. – лежа на спине, мяч в обеих руках за головой, руки прямые. 1–2 – повернуться на живот, мяч в обеих руках; 3–4 – повернуться обратно на спину, вернуться в исходное положение (5–6 раз).

7. И. п. – основная стойка, мяч внизу. 1–2 – правую ногу назад на носок, мяч вверх; 3–4 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6–7 раз).

8. Игра «Удочка».

**Март**

***Комплекс 25***

1. Игра «Великаны и гномы».

**Упражнения без предметов**

2. И. п. – основная стойка, руки согнуты перед грудью ладонями книзу. 1–3 – три рывка руками в стороны; 4 – исходное положение (5–6 раз).

3. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за головой. 1 – наклон туловища вправо (влево); 2 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).

4. И. п. – лежа на спине, ноги согнуты, ступни на полу, руки вдоль туловища. 1–2 – поднять таз, прогнуться, опираясь на ладони; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

5. И. п. – лежа на спине, руки вдоль туловища. 1 – поднять правую ногу вперед-вверх; 2 – одновременным движением правую ногу опустить вниз, левую поднять вверх; 3 – левую ногу вниз, правую вверх; 4 – опустить правую ногу. После паузы повторить 2–3 раза.

6. И. п. – сидя ноги врозь, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклониться вперед, коснуться руками носков правой (левой) ноги; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – вернуться в исходное положение (6 раз).

7. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1–2 – поднимаясь на носки, руки через стороны вверх; 3–4 – исходное положение (6–7 раз).

8. Игра «Не попадись!» (прыжки в круг и из круга по мере приближения водящего).

**Март**

***Комплекс 26***

1. Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную.

**Упражнения с обручем**

2. И. п. – основная стойка, обруч внизу. 1 – обруч вверх, правую ногу назад на носок; 2 – исходное положение. То же левой ногой (6–8 раз).

3. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, обруч внизу. 1–2 – присесть, обруч вынести вперед; 3–4 вернуться в исходное положение (5–7 раз).

4. И. п. – основная стойка, обруч на груди, руки согнуты. 1 – обруч вверх; 2 – шаг вправо с наклоном вправо; 3 – приставить ногу, обруч вверх; 4 – вернуться в исходное положение. То же влево (6 раз).

5. И. п. – основная стойка, обруч вертикально на полу, хват руками сверху. 1–2 – опираясь на обод обруча обеими руками, отвести правую ногу назад-вверх; 3–4 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6–8 раз).

6. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, обруч вертикально за спиной, хват рук с боков. 1 – поворот туловища вправо (влево); 2 – вернуться в исходное положение (6 раз).

7. И. п. – стоя боком к обручу, руки произвольно. Прыжки вокруг обруча в обе стороны. Повторить 2–3 раза.

8. Ходьба в колонне по одному.

нях, кегли у плеч. 1 – поворот вправо, поставить кеглю у пятки правой ноги; 2 – поворот влево, поставить кеглю у пятки левой ноги; 3 – поворот вправо, взять кеглю; 4 – поворот влево, взять кеглю (4–6 раз).

5. И. п. – сидя ноги врозь, кегли у груди. 1–2 – наклон вперед, коснуться кеглями пола между носков ног (рис. 30); 3–4 – вернуться в исходное положение (6 раз).

6. И. п. – основная стойка, кегли внизу. 1 – присесть, кегли вынести вперед; 2 – исходное положение (6–7 раз).

7. И. п. – основная стойка, кегли на полу. Прыжки на правой и левой ноге вокруг кеглей в обе стороны (рис. 31). Повторить 2–3 раза.

8. Ходьба в колонне по одному.

**Апрель**

***Комплекс 29***

1. Ходьба и бег с перешагиванием через предметы; ходьба и бег врассыпную.

**Упражнения без предметов**

1. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища; 1–2 – поднимаясь на носки, руки через стороны вверх, прогнуться; 3–4 – исходное положение (6–7 раз).

2. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, руки за головой. 1–2 – присесть медленным движением, руки в стороны; 3–4 – исходное положение (5–6 раз).

3. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за спиной. 1 – руки в стороны; 2 – наклониться к правой ноге, хлопнуть в ладоши за коленом; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение. То же к левой ноге (6 раз).

4. И. п. – стойка в упоре на колени, опираясь ладонями о пол. 1 – поднять правую ногу назад-вверх; 2 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6–7 раз).

5. И. п. – стойка в упоре на коленях, руки на поясе. 1 – поворот вправо, правую руку вправо; 2 – вернуться в исходное положение. То же влево (4–6 раз).

6. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 – прыжком ноги вместе. Выполняется под счет 1–8 (2–3 раза).

7. Ходьба в колонне по одному.

**Апрель**

***Комплекс 30***

1. Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя.

**Упражнения с палкой**

2. И. п. – основная стойка, палка внизу. 1 – поднять палку на грудь; 2 – палку вверх; 3 – палку на грудь; 4 – исходное положение (6–7 раз).

3. И. п. – стойка ноги врозь, палка внизу. 1 – палку вверх; 2 – наклон к правой ноге; 3 – выпрямиться, палку вверх; 4 – исходное положение. То же к левой ноге (6 раз).

4. И. п. – основная стойка, палка на плечах. 1–2 – присесть медленным движением, спину и голову держать прямо; 3–4 – исходное положение (5–7 раз).

5. И. п. – лежа на животе, палка в согнутых руках перед собой. 1 – прогнуться, палку вперед-вверх; 2 – вернуться в исходное положение (5–7 раз).

6. И. п. – основная стойка, палка хватом сверху шире плеч внизу. 1 – прыжком ноги врозь, палку вверх; 2 – прыжком ноги вместе. Выполняется на счет 1–8 (2 раза).

7. Ходьба в колонне по одному.

**Май**

***Комплекс 33***

1. Ходьба в колонне по одному, выполняя упражнения для рук по сигналу воспитателя – руки в стороны, за голову, на пояс; бег врассыпную.

**Упражнения с малым мячом**

2. И. п. – основная стойка, мяч в правой руке внизу. 1 – руки в стороны; 2 – руки вверх, переложить мяч в другую руку; 3 – руки в стороны; 4 – исходное положение (6–7 раз).

3. И. п. – стойка ноги врозь, мяч в правой руке. 1 – наклон к правой ноге; 2–3 – прокатить мяч от правой ноги к левой и обратно; 4 – исходное положение. То же к левой ноге (4–5 раз).

4. И. п. – стойка на коленях, мяч в обеих руках. 1–2 – садясь на пятки и поворачивая туловище вправ, коснуться мячом пола; 3–4 – вернуться в исходное положение. То же влево (4–6 раз).

5. И. п. – сидя на полу, мяч зажат между стопами ног, руки в упоре сзади. 1–2 – поднять прямые ноги, стараясь не уронить мяч; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–7 раз).

6. И. п. – лежа на спине, мяч в прямых руках за головой. 1–2 – поднять вперед прямые руки и правую ногу, коснуться ее мячом; 3–4 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6–7 раз).

7. И. п. – ноги слегка расставлены, мяч в правой руке. Ударять мячом о пол правой рукой, ловить мяч двумя руками. Темп произвольный.

8. Игра «Удочка».

**Май**

***Комплекс 34***

1. Игра «Догони свою пару».

**Упражнения без предметов**

2. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1–2 – поднимаясь на носки, руки через стороны вверх, потянуться; 3–4 – исходное положение (6 раз),

3. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за спину. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вправо, руки вверх; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – вернуться в исходное положение (6 раз).

4. И. п. – стойка на коленях, руки на поясе. 1 – поворот вправо, правой рукой коснуться пятки левой ноги; 2 – вернуться в исходное положение. То же влево (6 раз).

5. И. п. – стойка в упоре на коленях, опираясь на ладони о пол. 1–2 – выпрямить колени, приняв положение упора согнувшись; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

6. И. п. – лежа на животе, руки согнуты перед грудью. 1–2 – прогнуться, руки вынести вперед; 3–4 – исходное положение (6–7 раз).

7. Ходьба в колонне по одному.

**КАРТОТЕКА ГИМНАСТИКИ ПОСЛЕ СНА В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

**Сентябрь**  
**Комплекс N1. Первая, вторая недели**  
Гимнастика в постели.  
1. «Потягивание» .!И. п. – лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередно поднимать правую (левую) руку вверх, тянуться, опустить; то же самое поочередно левой рукой, правой и левой ногой. Затем поднять одновременно руки и ноги, потянуться, опустить.  
2. «Отдыхаем». И.п. – лежа на животе с опорой на локти, ладонями аккуратно поддерживать подбородок. Поочередно сгибать и разгибать ноги в коленях. Повторить 3-4 раза.  
3. Самомассаж головы («помоем голову»). И.п. – сидя на корточках. Педагог дает указания, дети имитируют движения: «Включите воду в душе. Потрогайте… Ой, горячая! Добавьте холодной воды, намочите волосы, налейте шампунь в ладошку, намыливайте волосы, хорошенько мойте голову со всех сторон… Нет, сзади совсем не промыли. Теперь хорошо! Смывайте пену, снова со всех сторон. У Саши на висках осталась пена. Теперь все чисто, выключайте воду. Берите полотенце и осторожно промокните волосы. Возьмите расческу и хорошенько расчешите волосы. Не нажимайте гребнем слишком сильно, а то поцарапаете кожу головы. Какие вы красивые!»

Профилактика плоскостопия.  
Корригирующая ходьба («отправляемся в лес») в чередовании с обычной ходьбой: на носках («лисичка»), на пятках («на траве роса, не замочите ноги»), на внешней стороне стопы («медведь»), с высоким подниманием колена («лось»), в полуприсяде («ежик»), по корригирующим дорожкам («пройдем босиком и по камешкам, и по веточкам, и по шишечкам»).

Профилактика нарушений осанки.  
Физкультминутка «У меня спина прямая». И.п. – узкая стойка, руки за спину, сплетены в замок.  
У меня спина прямая, я наклонов не боюсь (наклон вперед):  
Выпрямляюсь, прогибаюсь, поворачиваюсь (действия в соответствии с текстом).  
Раз, два, три, четыре, три, четыре, раз, два (повороты туловища)!  
Я хожу с осанкой гордой, прямо голову держу (ходьба на месте).  
Раз, два, три, четыре, три, четыре, раз, два (повороты туловища)!  
Я могу присесть и встать, снова сесть и снова встать (действия в соответствии с текстом). Наклонюсь туда-сюда! Ох, прямешенька спина (наклоны туловища)!  
Раз, два, три, четыре, три, четыре, раз, два (повороты туловища)!

Дыхательно-звуковая гимнастика.  
«Полет на луну»  
При выполнении упражнений вдох делается через нос, рот закрыт.  
«Запускаем двигатель». И.п. – стойка ноги врозь, руки перед грудью, сжаты в кулаки. Вдох – и.п.; выдох – вращать согнутые руки (одна вокруг другой) на уровне груди; при этом на одном вдохе произносить: «Р-р-р-р». Повторить 4-6 раз.  
«Летим на ракете». И.п. – стоя на коленях, руки вверх, ладони соединить над головой. Вдох – и.п.; долгий выдох – покачиваться из стороны в сторону, перенося тяжесть тела с одной ноги на другую, протяжно произносить: «У-у-у-у-у». Повторить 4-6 раз.  
«Надеваем шлем от скафандра». И.п. – сидя на корточках, руки над головой сцеплены в замок. Вдох – и.п.; выдох – развести руки в стороны, произнести: «Чик». Повторить 4-6 раз.  
«Пересаживаемся в луноход». И.п. – узкая стойка, руки вдоль туловища. Вдох – и.п.; выдох – полный присед, руки вперед, произнести: «Ух!». Повторить 4-6 раз.  
«Лунатики». И.п. – стойка на коленях, руки согнуты в локтях и разведены в стороны, пальцы врозь. Вдох – и.п.; выдох – наклонить туловище в сторону, произнести: «Хи-хи». Повторить по 3-4 раза в каждую сторону.  
«Вдохнем свежий воздух на Земле». И.п. – ноги врозь, руки вдоль туловища. Вдох – через стороны поднять руки вверх; выдох – руки плавно опустить, произнести: «Ах!». Повторить 4-6 раз.  
Водные процедуры.

**Сентябрь**  
**Комплекс No 2. Третья, четвертая недели.**  
Гимнастика в постели.  
1. «Потягивание» И.п. – лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередно поднимать правую (левую) руку вверх, тянуться, опустить; то же самое поочередно левой рукой, правой и левой ногой. Затем поднять одновременно руки и ноги, потянуться, опустить.  
2. «Отдыхаем». И.п. – лежа на животе с опорой на локти, ладонями аккуратно поддерживать подбородок. Поочередно сгибать и разгибать ноги в коленях. Повторить 3-4 раза.  
3. Самомассаж головы («помоем голову»). И.п. – сидя на корточках. Педагог дает указания, дети имитируют движения: «Включите воду в душе. Потрогайте… Ой, горячая! Добавьте холодной воды, намочите волосы, налейте шампунь в ладошку, намыливайте волосы, хорошенько мойте голову со всех сторон… Нет, сзади совсем не промыли. Теперь хорошо! Смывайте пену, снова со всех сторон. У Саши на висках осталась пена. Теперь все чисто, выключайте воду. Берите полотенце и осторожно промокните волосы. Возьмите расческу и хорошенько расчешите волосы. Не нажимайте гребнем слишком сильно, а то поцарапаете кожу головы. Какие вы красивые!»

Профилактика плоскостопия.  
Корригирующая ходьба по резиновому коврику с шипами. И.п. – стоя между кроватями. Ходьба на месте; перекатывание с пятки на носок и с носка на пятку; приседание на носки; «велосипед» (нажимаем поочередно на педали). Каждое упражнение повторять по 10 раз.

Профилактика нарушений осанки.  
Физкультминутка «Руки в стороны». И.п. – стоя около кровати.  
Руки в стороны, в кулачок (руки в стороны, пальцы в кулак, спина прямая),  
Разожмем и на бочок (руки на пояс).  
Руки вверх, в кулачок (руки вверх, пальцы в кулак, спина прямая),  
Разожмем и на бочок (руки на пояс).  
На носочки поднимайся (встать на носки, спина прямая),  
Приседай и выпрямляйся (присесть и встать, спина прямая).Чтобы вырасти быстрей (руки вверх, потянуться),  
Потянулись посильней (руки расслабленно вниз).

Дыхательно-звуковая гимнастика.  
«Полет на луну»  
При выполнении упражнений вдох делается через нос, рот закрыт.  
«Запускаем двигатель». И.п. – стойка ноги врозь, руки перед грудью, сжаты в кулаки. Вдох – и.п.; выдох – вращать согнутые руки (одна вокруг другой) на уровне груди; при этом на одном вдохе произносить: «Р-р-р-р». Повторить 4-6 раз.  
«Летим на ракете». И.п. – стоя на коленях, руки вверх, ладони соединить над головой. Вдох – и.п.; долгий выдох – покачиваться из стороны в сторону, перенося тяжесть тела с одной ноги на другую, протяжно произносить: «У-у-у-у-у». Повторить 4-6 раз.  
«Надеваем шлем от скафандра». И.п. – сидя на корточках, руки над головой сцеплены в замок. Вдох – и.п.; выдох – развести руки в стороны, произнести: «Чик». Повторить 4-6 раз.  
«Пересаживаемся в луноход». И.п. – узкая стойка, руки вдоль туловища. Вдох – и.п.; выдох – полный присед, руки вперед, произнести: «Ух!». Повторить 4-6 раз.  
«Лунатики». И.п. – стойка на коленях, руки согнуты в локтях и разведены в стороны, пальцы врозь. Вдох – и.п.; выдох – наклонить туловище в сторону, произнести: «Хи-хи». Повторить по 3-4 раза в каждую сторону.  
«Вдохнем свежий воздух на Земле». И.п. – ноги врозь, руки вдоль туловища. Вдох – через стороны поднять руки вверх; выдох – руки плавно опустить, произнести: «Ах!». Повторить 4-6 раз.  
Водные процедуры.

**Октябрь**  
**Комплекс No 3. Первая, вторая недели.**  
Гимнастика пробуждения в постели.  
«Осень»  
1. «Осенняя туча» И.п.- лежа на спине. Дети нахмуриваются, как осенняя туча, при этом мышцы лица сначала напрягаются, затем расслабляются. Повторить 5 раз.  
2. «Листья падают» И.п. – лежа на спине, руки вдоль туловища. Поднять руки перед грудью, отвести в стороны, опустить. Поднять, соединить перед грудью, опустить. Повторить 6 раз.  
3. «Тепло – холодно» И.п. – лежа на спине, руки в стороны. На слово «холодно» дети поднимают ноги, согнутые в коленях, и обхватывают их руками. На слово «тепло» возвращаются в и. п. Повторить 6 раз.  
4. «Замерзли» И.п. – лежа на правом боку, правая рука поднята вверх, левая – вдоль туловища. Поднять одновременно левую ногу и левую руку. Вернуться в и. п. То же правой ногой и рукой. Повторить 5 раз.  
5. «Выглянуло солнышко» И.п. – сидя на кровати, ноги согнуты в коленях. Улыбнуться, как солнышко.  
6. «Проснулись» И.п.- сидя на кровати, ноги врозь, руки на поясе. 1-3 наклоны вперед. 4-в и.п. Повторить 6 раз.

Профилактика плоскостопия  
Ходьба по «дорожкам здоровья».  
Профилактика нарушений осанки.  
Физкультминутка «Мы проверили осанку». И.п. – стойка руки на пояс или за спину.  
Мы проверили осанку (ходьба на носках на месте)  
И свели лопатки.  
Мы ходили на носках,  
А потом на пятках (ходьба на пятках).  
Мы идем, как все ребята (ходьба на месте),  
И как мишка косолапый (ходьба на внешнем своде стопы).  
Потом быстрее мы пойдем (бег на месте)  
И после к бегу перейдем. (ходьба на месте)

Дыхательная гимнастика.  
1. Надуваем 3-4 раза воздушный шарик. Конкурс между детьми «У кого шарик больше?»  
2. Попеременное дыхание через левую и правую ноздрю с выдохом через рот. Повторить 10-12 раз.  
3. Глубокий вдох с задержкой дыхания и медленный выдохом.  
4. Вдох через нос и интенсивный выдох через рот. При выдохе можно предложить детям сдуть с ладони перышко или кусочек бумаги, устроить соревнования.  
Каждое упражнение повторить 10-12 раз.  
Собирание каштанов то правой, то левой ногой.  
Водные процедуры**.**

**Октябрь**  
**Комплекс No 4. Третья, четвертая недели.**  
Гимнастика пробуждения в постели.  
1. Спокойно сделайте вдох, выдох – полным дыханием.  
2. Пошевелите пальцами рук и ног.  
3. Сожмите пальцами в кулаки.  
4. Согните руки в локтях и, подняв их над головой, соедините в замок.  
5. Хорошо потянитесь всем телом, вызывая искусственный зевок.  
6. Опустите руки.  
7. Разотрите ладони до появления тепла.  
8. «Умойте» лицо, шею теплыми ладонями.  
9. Потяните правую ногу пяткой, носок на себя.  
10. Потяните левую ногу пяткой, носок на себя.  
11. Потяните две ноги вместе.  
12. Прогнитесь.  
13. Сели.  
14. Соедините руки в замок и потянитесь, вывернув ладони вверх.  
15. Мысленно пожелайте всем родным, близким, друзьям здоровья, добра и радости, хорошего настроения.

Профилактика плоскостопия (2-3- мин.)  
Ходьба друг за другом (босиком)  
«На огород мы наш пойдём.овощей там наберём».  
(Ходьба на носках)  
«Дорога коротка, узка, идём, ступая мы с носка! (Приставной шаг боком с « пружинкой)  
«По бордюру мы идём, приседаем мы на нём» (Ходьба с перекатом с пятки на носок, держа туловище прямо и глядя вперед)  
«Усталые ножки шли по дорожке». (Сидя на стуле, поднимать и опускать носки ног, не отрывая пяток от пола. (6-8 раз)  
«На камушек мы сели, сели, посидели». (Погладить мышцы ног и ступни)«Ножки отдыхают, мышцы расслабляют»

Профилактика нарушений осанки.  
«Подсолнух» — Посреди двора золотая голова.  
И.п. — о.с.1- поднять руки через стороны вверх, встать на носки; 2- вернуться в исходное положение.  
«Морковь» — За кудрявую косу Ее из норки я тащу. И.п.- стоя на коленях. 1- наклон вперёд, руки вперед- вниз; 2 -вернуться в и.п.  
«Репка» — « Круглый бок, желтый бок, Сидит на грядке колобок». И.п.- с прямыми ногами, руки впереди, внизу, 1 — поднять руки через стороны вверх, 2- вернуться ви.п.  
«Картошка» — И зелён, и густ на грядке вырос куст. Покопай немножко — под кустом картошка. И.п. — лёжа на спине. I — поднять руки и ноги под углом 45° вверх; 2- вернуться ви.п.  
«Капуста» — Лоскуток на лоскуток- зелёная заплатка, 1- согнуть ноги в коленях вверх, руки перевести на спину; 2 — вернуться в и.п.  
«Пугало» — Кто стоит на палке С бородою из мочалки Ветер дует- он шумит, Ногами дёргает, скрипит»  
Прыжки на двух ногах, руки- в стороны, вниз, в чередовании с ходьбой.  
Дыхательная гимнастика.  
Оздоровительные упражнения для горла.  
1. «Лошадка». Вспомните, как по мостовой цокают копыта лошадки. Цокаем языком то громче, то тише. Скорость движения лошадки то убыстряем, то замедляем.  
2. «Ворона». Села ворона на забор и решила развлечь всех своей прекрасной песней. То вверх поднимает голову, то в сторону поворачивает. И всюду слышно её веселое карканье. Дети протяжно произносят «ка-а-а-аар». Повтор 5-6 раз.  
3. «Смешинка». Попала смешинка в рот, и невозможно от нее избавиться. Глаза прищурились, губы радостно раздвинулись, и послышались звуки «ха-ха-ха, хи-хи-хи, гы-гы-гы».  
Водные процедуры.

**Ноябрь**  
**Комплекс No 5. Первая, вторая недели.**  
Гимнастика в постели.  
1. И.п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища. Согнуть колени, ноги подтянуть к груди, обхватить колени руками, вернуться ви.п.  
2. И.п.: лёжа на спине, руки в замок за голову, ноги согнуты в коленях. Наклон колен влево, в и.п., наклон колен вправо, в и.п.  
3. И.п.: сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди, со звуком «ф-ф» — выдох (через нос).  
4. И.п.: то же, одна рука на животе, другая на груди. Вдох через нос, втягивая живот; выдох через рот, надувая живот.  
5. И.п.: стоя, ноги врозь, руки внизу. Хлопок в ладоши — выдох; развести ладони в стороны — выдох.  
6. И.п.: о.с. Потягивания: достали до потолка, вернулись в и.п.

Профилактика плоскостопия.  
Хождение босиком по ребристой доске.  
Массаж рук.  
1. «Моют» кисти рук, активно трут ладошки до ощущения сильного тепла.  
2. Вытягивают каждый пальчик, надавливают на него.  
3. Фалангами пальцев одной руки трут по ногтям другой руки, словно по стиральной доске.  
4. Трут «мочалкой» всю руку до плеча, сильно нажимают на мышцы плеча и предплечья; «смывают водичкой мыло», ведут одной рукой вверх, затем ладошкой вниз и «стряхивают воду».

Профилактика нарушений осанки, дыхательная гимнастика.  
Физкультминутка «Стрекоза». И.п. – стоя между кроватями.  
Вот такая стрекоза, (встать на носки, руки вверх через стороны)  
Как горошины, глаза. (соединить указательный и большой пальцы обеих рук в круг, приставить к глазам («очки»),  
повороты в стороны)А сама, как вертолет, (вращения предплечьями назад-вперед с полуповоротом  
Влево, вправо, назад, вперед.( налево-направо; наклоны в стороны)  
И на травушке – роса, (присед)  
И на кустиках роса. (наклоны вперед, прогнувшись)  
Мы ладошки отряхнули, (хлопки перед собой, руки поочередно вверх-вниз)  
Улетела стрекоза. (мелкие частые движения кистями, руки в стороны)  
Попрыгунья испугалась, (руки за голову, наклоны влево-вправо, ладони  
Только песенка осталась. сложить рупором и «петь»: «Д-з-з

Водные процедуры.

**Ноябрь**  
**Комплекс No 6. Третья, четвертая недели.**  
Гимнастика в постели.  
«Потягивание». И.п. – из позиции «лежа на спине» в кровати.  
1. На вдохе левая нога тянется пяточкой вперед по кровати, а левая рука – вдоль туловища вверх. Дыхание задерживается, ноги и руки максимально растянуты. На выдохе, расслабляясь, ребенок произносит: «ид-д-да-а-а-а».  
2. Правая нога тянется пяточкой вперед по кровати, а правая рука – вверх, вдоль туловища – вдох. После задержки дыхания на выдохе произносится «пин-гал-ла-а».  
3. Обе ноги тянутся пяточками вперед по кровати, обе руки – вверх вдоль туловища. Дыхание задержать и на выдохе медленно произнести «су-шум-м-м-на».  
4. Подтягивание к груди согнутых коленей с обхватом их руками.  
5. Перекрестное движение рук и ног, поднятых перпендикулярно туловищу.  
6. Покачивание согнутых колен в правую и левую сторону с противоположным движением рук.  
Профилактика плоскостопия.  
Хождение босиком по мешочкам с речными камушками, чередуя с ходьбой по канатной дорожке..  
Массаж рук.  
1.«Моют» кисти рук, активно трут ладошки до ощущения сильного тепла.  
2. Вытягивают каждый пальчик, надавливают на него.  
3. Фалангами пальцев одной руки трут по ногтям другой руки, словно по стиральной доске.  
4. Трут «мочалкой» всю руку до плеча, сильно нажимают на мышцы плеча и предплечья; «смывают водичкой мыло»,  
ведут одной рукой вверх, затем ладошкой вниз и «стряхивают воду».

Профилактика нарушений осанки, дыхательная гимнастика.  
Физкультминутка «Стрекоза». И.п. – стоя между кроватями.  
Вот такая стрекоза, (встать на носки, руки вверх через стороны)  
Как горошины, глаза. (соединить указательный и большой пальцы обеих рук в круг,  
приставить к глазам («очки»), повороты в стороны)А сама, как вертолет, (вращения предплечьями назад-вперед с полуповоротом  
Влево, вправо, назад, вперед. налево-направо; наклоны в стороны)  
И на травушке – роса, (присед)  
И на кустиках роса. (наклоны вперед, прогнувшись)  
Мы ладошки отряхнули, (хлопки перед собой, руки поочередно вверх-вниз)  
Улетела стрекоза. (мелкие частые движения кистями, руки в стороны)  
Попрыгунья испугалась, (руки за голову, наклоны влево-вправо, ладони  
Только песенка осталась.

**Декабрь**

**Комплекс № 7. Первая, вторая неделя.**  
**Гимнастика в постели.**  
1. Потягивание. («Снежная королева произнесла волшебные слова, и дети стали расти во сне»). И.п. – лежа на спине, руки поднять вверх и опустить на постель за головой, глаза закрыты. Поочередно тянуть от себя правую и левую руку, правую и левую ногу (то носком ,то пяткой), можно потянуться одновременно руками, ногами, растягивая позвоночник.  
2. Игра «Зима и лето» (напряжение и расслабление мышц). И.п. – лежа на спине. На  сигнал «Зима!» дети должны свернуться в клубок, дрожать всем телом, изображая, что им холодно. На сигнал «Лето!» дети раскрываются, расслабляют мышцы тела, показывая, что им тепло. Повторить несколько раз.  
3. Самомассаж ладоней («зимой очень холодно, поэтому мы добудем огонь, чтобы  
согреться»). И.п. – сидя на постели, ноги скрестно. Быстро растирать свои ладони до  
появления тепла. Затем теплыми ладонями «умыть» лицо. Повторить 3-4 раза.

**Профилактика плоскостопия.**  
Ходьба босиком по «комбинированной дорожке». (чередование канатной дорожки, ребристой доски, дорожки из мешочков с речными камушками, резинового коврика с шипами, солевого и сухого ковриков)

**Профилактика нарушений осанки.**  
Физкультминутка «Веселая физкультура». И.п. – стоя между кроватями.  
Состязание, ребятки,  
Мы начнем сейчас с зарядки (ходьба с резкими движениями рук в стороны),  
Для чего нужна зарядка? (встать на носки, руки вверх – потянуться)  
Это вовсе не загадка –  
Чтобы силу развивать (присесть – встать, держать осанку)  
И весь день не уставать! (наклон назад – выпрямиться)  
Если кто-то от зарядки (бег с высоким подниманием бедра, держать осанку)  
Убегает без оглядки –  
Он не станет нипочем (повороты туловища направо – налево)  
Настоящим силачом!  
(П. Синявский)

**Дыхательная гимнастика.**  
1. И.п. – стоя. Рот закрыт. Одну половину носа плотно закрыть пальцем, дыхание производить поочередно (по 4-5 раз) через каждую половинку носа.  
2. Дышать только через нос. Встать, ноги на ширине плеч. Руки поднять вперед и вверх ладонями внутрь – вдох, опустить руки вниз – выдох. Выполнять медленно по 5 раз.  
3. Стоя, вдыхать через одну половину носа, а выдыхать через другую до 5-6 раз через каждую половину носа.  
4. Стоя ноги вместе, нос зажат пальцами. Не спеша, громко считать до 10 (рот закрыт), затем сделать глубокий вдох и полный выдох через нос (5-6 раз).  
5. Вдох через нос, рот закрыт. На удлиненном выдохе произносить звук «м-м-м» (медленно до 8 раз).

**Водные процедуры.**  
Декабрь

**Комплекс № 8. Третья, четвертая недели.**

**Гимнастика в постели.**  
1. Потягивание. («Снежная королева произнесла волшебные слова, и дети стали расти во сне»). И.п. – лежа на спине, руки поднять вверх и опустить на постель за головой, глаза закрыты. Поочередно тянуть от себя правую и левую руку, правую и левую ногу (то носком ,то пяткой), можно потянуться одновременно руками, ногами, растягивая позвоночник.  
2. Игра «Зима и лето» (напряжение и расслабление мышц). И.п. – лежа на спине. На  сигнал «Зима!» дети должны свернуться в клубок, дрожать всем телом, изображая, что им холодно. На сигнал «Лето!» дети раскрываются, расслабляют мышцы тела, показывая, что им тепло. Повторить несколько раз.  
3. Самомассаж ладоней («зимой очень холодно, поэтому мы добудем огонь, чтобы согреться»). И.п. – сидя на постели, ноги скрестно. Быстро растирать свои ладони до появления тепла. Затем теплыми ладонями «умыть» лицо. Повторить 3-4 раза.

**Профилактика плоскостопия.**  
Ходьба босиком по корригирующим дорожкам («закаляемся и гуляем босиком по заснеженным дорожкам»).  
Комплекс упражнений, проводимых в положении сидя на стульчиках («согреем замерзшие ножки после прогулки по снегу»): ноги вытянуть вперед, сжимать и разжимать пальцы на ногах; ноги вытянуть вперед, тянуть ноги то носками, то пятками; ноги вытянуть вперед и соединить, «рисовать» ногами в воздухе различные геометрические фигуры (круг, квадрат, треугольник); ноги поставить всей ступней на пол, поднимать ноги на носки, максимально отрывая пятки от пола; из того же и.п. поднимать вверх пальцы ног, не отрывая ступни от пола. Каждое упражнение повторить 6-8 раз.

**Профилактика нарушений осанки.**  
Физкультминутка «Веселая физкультура». И.п. – стоя между кроватями.  
Состязание, ребятки,  
Мы начнем сейчас с зарядки (ходьба с резкими движениями рук в стороны),  
Для чего нужна зарядка? (встать на носки, руки вверх – потянуться)  
Это вовсе не загадка –  
Чтобы силу развивать (присесть – встать, держать осанку)  
И весь день не уставать! (наклон назад – выпрямиться)  
Если кто-то от зарядки (бег с высоким подниманием бедра, держать осанку)  
Убегает без оглядки –  
Он не станет нипочем  
Настоящим силачом! (повороты туловища направо – налево)  
(П. Синявский)

**Дыхательно-звуковая гимнастика.**  
«Новый год». При выполнении всех упражнений вдох делается через нос, рот закрыт.  
«Бьют часы 12 раз». И.п. – стоя, ноги врозь, руки вверх, сцеплены в замок. Вдох – и.п.; выдох – наклониться в сторону, сказать: «Бом!». Повторить12 раз.  
«Ёлочка нарядная». И.п. – стоя, руки вдоль туловища, кисти в стороны. Вдох – подняться на носки, немного развести руки в стороны; выдох – поворот туловища в сторону, полуприсед, руки ви.п., сказать: «Ах!». Повторить 3-4 раза в каждую сторону.  
«Хлопушка». И.п. – стоя на коленях, руки вдоль туловища. Вдох – развести руки в стороны, выдох – опустить вниз, хлопнуть в ладоши, сказать: «Хлоп!». Повторить 6-8раз.  
«Дует Дед Мороз». И.п. – сидя на корточках, ладони сложить «трубочкой» вокруг рта. Вдох – и.п.; на выдохе протяжно сказать: «У-у-у-у-у». Повторить 6-8 раз.

**Водные процедуры.**

**Январь**

**Комплекс № 9.**  
**Гимнастика в постели.**  
1. Спокойно сделайте вдох, выдох – полным дыханием.  
2. Пошевелите пальцами рук и ног.  
3. Соединить ладони и потереть до нагрева. Одну ладонь о другую поперек.  
4. Слегка подергайте кончик носа.  
5. Указательными пальцами массировать ноздри.  
6. Растирать за ушами сверху вниз указательными пальцами: «примазывать, чтобы не отклеились».  
7. Сделать вдох, на выдохе произнести звук «м-м-м-м», постукивая пальцами по крыльям носа.  
8. Вдох через нос, выдох через рот на ладонь – «сдуваем снежинку с ладони».

**Профилактика плоскостопия.**  
Корригирующая ходьба по резиновому коврику с шипами. И.п. – стоя между кроватями. Ходьба на месте; перекатывание с пятки на носок и с носка на пятку; приседание на носки; «велосипед» (нажимаем поочередно на педали). Каждое упражнение повторять по 10 раз.  
Профилактика нарушений осанки.  
Ходьба с плоской игрушкой лежащей на голове, руки на поясе, спина прямая. Пройти не уронив игрушку.

**Массаж головы.**  
Подушечками пальцев помассировать волосистую часть головы со сдвиганием кожи.

**Динамичная дыхательная гимнастика.**  
1. Руки с напряжением вытянуть вперед, поочередно расслабить кисти, предплечья и полностью мышцы рук.  
2. Руки с напряжением вытянуть в стороны, поочередно расслабить кисти, предплечья и полностью мышцы рук.  
3. Круговые вращения головой на два счета вдох, на четыре, шесть и восемь – выдох.  
4. Вдох – голову с напряжением повернуть к правому плечу, на выдохе голову медленно перевести к левому плечу. Повторить 3-4 раза и наклонить голову вниз, чтобы расслабить мышцы шеи.  
5. Вдох – голову с напряжением закинуть назад, выдох – наклонить вниз, расслабиться. Повторить упражнения, произнося при наклоне поочередно гласные звуки (а), (о), (у).

**Водные процедуры.**

**Февраль**  
**Комплекс № 10.Первая и вторая недели.**  
**Гимнастика в постели.**  
1. И.п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища, поднять правую ногу (прямую), и.п., поднять левую ногу (прямую), и.п.

2. И.п.: лёжа на спине, руки перед собой «держат руль», «езда на велосипеде», и.п.

3. И.п.: лёжа на спине, руки вверху, поворот туловища вправо, не отрывая ступни от пола, и.п., поворот туловища влево, и.п.

4. И.п.:лёжа на спине, руки за головой, свести локти впереди (локти касаются друг друга) — выдох, и.п.,локти касаются пола — вдох,

5. И.п.: сидя, ноги скрестно, руки на поясе, руки через стороны вверх — вдох, выдох.

6. И.п.: о.с., принять правильную осанку без зрительного контроля (глаза закрыты), повторить 3-4 раза.

**Зарядка для глаз.**  
1. «Часики». И.п. – стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова прямо.  
На раз – глаза вправо, на два – и.п., на три – глаза влево, на четыре – и.п. Повторить 8-10 раз.  
2. И.п. то же. На раз – глаза вверх, на два – и.п., на три – глаза вниз, на четыре – и.п. Повторить 8-10 раз.  
3. И.п. тоже . Выполняем круговые движения глазами слева направо и наоборот. Повторить по 3-4 раза в каждую сторону.  
4. «Жмурки». И.п. то же. На раз – глаза закрыли, на два – и.п., на три – подмигнули одним глазом, на четыре – другим глазом. Повторить 8-10 раз.

**Профилактика нарушений осанки.**  
1.И.п. – стоя, ноги вместе. Одна рука вверху, другая внизу. На раз – соединить руки сзади; на два, три, четыре, пять – держать, не расцепляя; на шесть – и.п. Тоже самое с другой руки. Повторить 6-8 раз.  
2. И.п. – стоя, ноги вместе, руки на поясе. На раз – поднять согнутую ногу, на два – ногу выпрямить вперёд, руки развести в стороны, на три – ногу и руки сложить, на четыре – ногу опустить. Повторить 6-8 раз. (Выдерживать паузу,)  
3. «Походи». Ходьба на месте 1-2 мин, сохраняя правильную осанку.

**Профилактика плоскостопия.**  
Ходьба босиком по «комбинированной дорожке». (чередование канатной дорожки, ребристой доски, резинового коврика с шипами)

**Дыхательная гимнастика.**  
1. Надуваем 3-4 раза воздушный шарик. Конкурс между детьми «У кого шарик больше?»  
2. Попеременное дыхание через левую и правую ноздрю с выдохом через рот. Повторить 10-12 раз.  
3. Глубокий вдох с задержкой дыхания и медленный выдохом.  
4. Вдох через нос и интенсивный выдох через рот. При выдохе можно предложить детям сдуть с ладони перышко или кусочек бумаги, устроить соревнования.  
Каждое упражнение повторить 10-12 раз.

**Водные процедуры.**

**Февраль**  
**Комплекс № 11. Третья, четвертая недели.**   
**Гимнастика в постели.**  
1. «Потягивание». И.п. – лежа на спине. Упражнение имитирует потягивание кошки: потянуться руками, ногами, наискосок рука-нога.  
2.«Велосипед». И.п. – лежа на спине. Имитировать езду на велосипеде, стопами описывая круги. (20 сек.)  
3.«Калачик». И.п. – лежа на спине. Подтянуть голову и бедра к груди («калачик») стараясь оставаться в этом положении как можно дольше (20 сек.)

**Точечный массаж.**  
1. И.п. стоя, ноги свободно, потереть ладонь о ладонь (5-6 раз).  
2. И.п. то же. Ладонями потереть щеки (5-6 раз).  
3. И.п. то же. Потереть пальцами рук мочки ушей (5-6 раз).  
4. И.п. тоже. Указательными пальцами рук потереть возле крыльев носа (5-6 раз).  
5. И.п. то же. Указательными пальцами потереть надбровные дуги от переносицы к вискам (5-6 раз).  
6. И.п. то же. Указательным пальцем слегка надавить ямку на подбородке и массировать круговыми движениями в одну сторону, потом в другую (5-6 раз в каждую сторону).  
7. И.п. то же. Указательным пальцем одной руки найти точку на другой руке между большим и указательным пальцами и массировать. Сменить руку (5-6 раз).

**Профилактика нарушений осанки.**  
Упражнение «Деревце». И.п. стоя, поставьте ноги вместе, стопы прижаты к полу, руки опущены, спина прямая. Сделайте спокойно вдох и выдох, плавно поднимите руки вверх. Держите их ладонями друг другу, пальцы вместе. Потянитесь вверх, представьте крепкое, сильное деревце. Высокий, стройный ствол тянется к солнцу. Организм, как дерево, наливается силой, бодростью, здоровьем. (Выполняется 15-20 сек.) Опустите руки и расслабьтесь.

**Профилактика плоскостопия.**  
Ходьба босиком по корригирующим дорожкам («закаляемся и гуляем босиком по заснеженным дорожкам»).  
Комплекс упражнений, проводимых в положении сидя на стульчиках («согреем замерзшие ножки после прогулки по снегу»):

* ноги вытянуть вперед, сжимать и разжимать пальцы на ногах;
* ноги вытянуть вперед, тянуть ноги то носками, то пятками;
* ноги вытянуть вперед и соединить, «рисовать» ногами в воздухе различные геометрические фигуры (круг, квадрат, треугольник);

ноги поставить всей ступней на пол, поднимать ноги на носки, максимально отрывая пятки от пола; из того же и.п.  
поднимать вверх пальцы ног, не отрывая ступни от пола. Каждое упражнение повторить 6-8 раз.

**Дыхательная гимнастика.**  
1. Надуваем 3-4 раза воздушный шарик. Конкурс между детьми «У кого шарик больше?».  
2. Попеременное дыхание через левую и правую ноздрю с выдохом через рот. Повторить 10-12 раз.  
3. Глубокий вдох с задержкой дыхания и медленный выдохом.  
4. Вдох через нос и интенсивный выдох через рот. При выдохе можно предложить детям сдуть с ладони перышко или кусочек бумаги, устроить соревнования.  
Каждое упражнение повторить 10-12 раз.

**Водные процедуры.**

**Март**  
**Комплекс № 12. Первая и вторая недели.**  
**Гимнастика в постели, профилактика нарушений осанки и плоскостопия.**  
Физкультминутка «Гимнастика для котят».  
Сон прошел, и мы проснулись,  
Улыбнулись, потянулись, (Дети потягиваются, лежа на спине.)  
Лапки друг о дружке трем (Потирают одну руку о другую.)  
И в ладошки громко бьем. (Хлопают).  
А теперь поднимем ножки, (Поочередно поднимают ноги).  
Как у нашей мамы Кошки,  
Левая и правая – мы котята бравые.  
На животик повернулись, (Переворачиваются на живот.)  
Снова дружно потянулись,  
Оторвали от подушки (Поднимают и опускают голову.)  
Носик, голову и ушки,  
На коленки резво встали (Двигают тазобедренными суставами влево)  
«Хвостиками» помахали, и вправо.  
Выгнулись, прогнулись, (Выгибают и прогибают спину).  
На бок повернулись, (Поворачивают голову вправо и влево.)  
Сели на кроватке, Сидя на кровати, свешивают ноги,  
Почесали пятки, (очесывают пятки).  
Постучали об пол немножко, (Стучат пятками об пол).  
Набирайтесь силы, ножки!  
Сил набрались наши ножки,  
Поскакали по дорожке, (Ходят по дорожке здоровья).  
По дорожке не простой,  
По неровной, по колючей,  
По шершавой — вот какой!  
Мы проснулись, мы готовы  
Петь, играть и бегать снова.  
Дружно нам сказать не лень:  
«Здравствуй, день, Веселый день!»

**Массаж ног.**  
И.п. — сидя по-турецки.  
1. Подтягивая к себе стопу левой ноги, ребенок разминает пальцы ног, поглаживает между пальцами, раздвигает пальцы. Сильно нажимает на пятку, растирает стопу, щиплет, похлопывает по пальцам, пятке, выпуклой части стопы. Делает стопой вращательные движения, вытягивает вперед носок, пятку, затем похлопывает ладошкой по всей стопе: «Будь здоровым, красивым, сильным, ловким, добрым, счастливым!…» То же – с правой ногой.  
2. Поглаживает, пощипывает, сильно растирает голени и бедра, «надевает» воображаемый чулок, затем «снимает его и сбрасывает», встряхивая руки.  
**Дыхательная гимнастика.**  
Игра «Шарик». Дети сидят. «Надувают шары»: широко разводя руки в стороны и глубоко вдохнув, выдувают воздух в «шарик» — «Ф-Ф-Ф», медленно хлопают в ладоши. Из шарика выходит воздух. «Ш-Ш-Ш», произносят дети, делая губы хоботком и складывая руки на коленях. Повторить 2-3 раза.  
Игра «Будем красить потолок». Дети за воспитателем хором повторяют:  
Красить комнаты пора,  
Пригласили маляра,  
Он приходит в старый дом  
С новой кистью и ведром.  
Далее воспитатель говорит: «Сейчас и мы с вами будем красить потолок, только кистью будет наш язычок».

**Водные процедуры.**

**Март**

**Комплекс № 13.Третья и четвертая недели.**  
Гимнастика в постели, профилактика нарушений осанки и плоскостопия.  
Физкультминутка «Гимнастика для котят».  
Сон прошел, и мы проснулись,  
Улыбнулись, потянулись, Дети потягиваются, лежа на спине.  
Лапки друг о дружке трем Потирают одну руку о другую.  
И в ладошки громко бьем. Хлопают.  
А теперь поднимем ножки, Поочередно поднимают ноги.  
Как у нашей мамы Кошки,  
Левая и правая – мы котята бравые.  
На животик повернулись, Переворачиваются на живот.  
Снова дружно потянулись,  
Оторвали от подушки Поднимают и опускают голову.  
Носик, голову и ушки,  
На коленки резво встали — Двигают тазобедренными суставами влево  
«Хвостиками» помахали, и вправо.  
Выгнулись, прогнулись, Выгибают и прогибают спину.  
На бок повернулись, Поворачивают голову вправо и влево.  
Сели на кроватке, Сидя на кровати, свешивают ноги,  
Почесали пятки, почесывают пятки.  
Постучали об пол немножко, Стучат пятками об пол.  
Набирайтесь силы, ножки!  
Сил набрались наши ножки,  
Поскакали по дорожке, Ходят по дорожке здоровья.  
По дорожке не простой,  
По неровной, по колючей,  
По шершавой — вот какой!  
Мы проснулись, мы готовы  
Петь, играть и бегать снова.  
Дружно нам сказать не лень:  
«Здравствуй, день,  
Веселый день!»  
**Массаж рук.**  
1.«Моют» кисти рук, активно трут ладошки до ощущения сильного тепла.  
2. Вытягивают каждый пальчик, надавливают на него.  
3. Фалангами пальцев одной руки трут по ногтям другой руки, словно по стиральной доске.  
4. Трут «мочалкой» всю руку до плеча, сильно нажимают на мышцы плеча и предплечья; «смывают водичкой мыло», ведут одной рукой вверх, затем ладошкой вниз и «стряхивают воду».  
**Дыхательно-звуковая гимнастика.**  
«Полет на луну» При выполнении упражнений вдох делается через нос, рот закрыт.  
«Запускаем двигатель». И.п. – стойка ноги врозь, руки перед грудью, сжаты в кулаки. Вдох – и.п.; выдох – вращать согнутые руки (одна вокруг другой) на уровне груди; при этом на одном вдохе произносить: «Р-р-р-р». Повторить 4-6 раз.  
«Летим на ракете». И.п. – стоя на коленях, руки вверх, ладони соединить над головой. Вдох – и.п.; долгий выдох – покачиваться из стороны в сторону, перенося тяжесть тела с одной ноги на другую, протяжно произносить: «У-у-у-у-у». Повторить 4-6 раз.  
«Надеваем шлем от скафандра». И.п. – сидя на корточках, руки над головой сцеплены  
в замок. Вдох – и.п.; выдох – развести руки в стороны, произнести: «Чик». Повторить 4-6 раз.  
«Пересаживаемся в луноход». И.п. – узкая стойка, руки вдоль туловища. Вдох – и.п.; выдох – полный присед, руки вперед, произнести: «Ух!». Повторить 4-6 раз.  
«Лунатики». И.п. – стойка на коленях, руки согнуты в локтях и разведены в стороны, пальцы врозь. Вдох – и.п.; выдох – наклонить туловище в сторону, произнести: «Хи-хи». Повторить по 3-4 раза в каждую сторону.  
«Вдохнем свежий воздух на Земле». И.п. – ноги врозь, руки вдоль туловища. Вдох – через стороны поднять руки вверх; выдох – руки плавно опустить, произнести: «Ах!». Повторить 4-6 раз.

**Водные процедуры.**

**Апрель**

**Комплекс № 14. Первая, вторая недели.**

**Гимнастика в постели.**  
1.И.п.: лежа на спине, руки вдоль тела. Поднять голову, согнуть обе ноги, подтянуть их коленями к груди, задержаться на 4-5 счетов; вернуться ви.п. Повторить 5-6 раз.

2. «Уточка». И.п.: лежа на животе, руки сложены впереди, лоб — на руках. Приподнять голову, верхнюю часть груди, руки вытянуть назад; приподнять прямые ноги; прогнуться и задержаться в этом положении на 4-5 счетов; вернуться ви.п. Повторить 5 раз.

3.И.п.: лежа на спине, руки на поясе, ноги выпрямлены. Приподнять прямые ноги и совершать ими движения в горизонтальной плоскости — «горизонтальные ножницы», 3 раза по 15 секунд.

4.И.п.: лежа на животе, руки сложены впереди, голова лбом лежит на тыльной поверхности пальцев. Поднять голову и плечевой пояс, руки в «крылышки», в стороны, за голову, в «крылышки», вернуться в и.п. Повторить 5 раз.

5.И.п.: лежа на спине, руки вытянуты вверх. Махом рук сесть, руки в «крылышки», спина прямая; вернуться ви.п. Повторить 6-7 раз.

6.И.п.: сесть на пятки, руки опущены. Наклонить туловище вперед, не отрывая таза от пяток; вытянуться вперед, скользя руками по кровати; медленно вернуться ви.п. Повторить 3 раза.

7. «Цапля». И.п.: стать прямо около кровати, ноги вместе, руки на поясе. Поднять согнутую в колене ногу, носок вытянуть, прикоснуться им к колену; бедро параллельно полу. Стоять около 30 секунд.

**Массаж головы.**  
Подушечками пальцев помассировать волосистую часть головы со сдвиганием кожи.

**Профилактика плоскостопия.**  
И.п. – стоя возле кровати.  
1. «Сокращение» стоп.  
2. Перекатывание с пятки на носок и с носка на пятку.  
3. Собирание с пола мелких предметов (ткани) пальцами ног.  
4. Сведение и разведение пяток, стоя на носках.  
5. Приседание на носки.  
Хождение босиком по ребристой доске.

**Профилактика нарушений осанки.**  
Ходьба с плоской игрушкой, лежащей на голове. Руки на поясе, спина прямая, смотреть прямо. «Пройти, не уронив игрушку».(1-2 мин.)

**Дыхательная гимнастика.**  
Игра «Шарик». Дети сидят. «Надувают шары»: широко разводя руки в стороны и глубоко вдохнув, выдувают воздух в «шарик» — «Ф-Ф-Ф», медленно хлопают в ладоши. Из шарика выходит воздух. «Ш-Ш-Ш», произносят дети, делая губы хоботком и складывая руки на коленях. Повторить 2-3 раза.  
Игра «Будем красить потолок». Дети за воспитателем хором повторяют:  
Красить комнаты пора,  
Пригласили маляра,  
Он приходит в старый дом  
С новой кистью и ведром.  
Далее воспитатель говорит: «Сейчас и мы с вами будем красить потолок, только кистью будет наш язычок».

**Водные процедуры.**

**Апрель.**

**Комплекс № 15. Третья и четвертая недели.**   
**Гимнастика в постели.**  
1.И.п.: лежа на спине, руки вдоль тела. Поднять голову, носки — на себя; согнутую ногу подтянуть к животу, обхватить руками и коснуться лбом колена, задержаться на 2-3 счета; вернуться ви.п.; повторить другой ногой. Выполнить каждой ногой 4 раза.

2.И.п.: лежа на спине, руки на поясе, ноги выпрямлены. Согнуть обе ноги в коленях, выпрямить вверх; медленно опустить прямые ноги. Повторить 5 раз.

3. «Рыбка». И.п.: лежа на животе, руки согнуты впереди, голова лбом лежит на тыльной поверхности пальцев. Поднять голову плечевой пояс, выполнять движения руками, имитирующее плавание «брассом». 3 раза по 20 секунд.

4.И.п.: лежа на боку, нижняя нога полусогнута, нижняя рука согнута и лежит под головой, верхняя — в положении упора перед грудью. 1 — поднять ногу вверх; 2 — носок на себя; 3 — носок оттянуть; 4 — опустить ногу (4 раза). Повторить на другом боку.

5.И.п.: основная стойка около кровати, руки опущены. «Мы растем»: соединить руки в «замок», поднять их вверх, вывернув сцепленные пальцы; потянуться вверх руками и макушкой; пятки от пола на отрывать; вернуться в и.п. Повторить 3 раза.

6. «Мельница». И.п.: ноги слегка расставлены, руки опущены. 1-8 — поочередное вращение прямых рук в боковой плоскости; выполнить то же в обратную сторону — пауза. Повторить два раза.

**Профилактика плоскостопия.**  
Физкультминутка.  
На одной ноге постой-ка  
Если ты солдатик стойкий,  
Ногу левую к груди,  
Да смотри – не упади!  
А теперь постой на левой,  
Если ты солдатик смелый.  
Корригирующая ходьба по резиновому коврику с шипами. И.п. – стоя между кроватями. Ходьба на месте; перекатывание с пятки на носок и с носка на пятку; приседание на носки (спина прямая); «велосипед» (нажимаем поочередно на педали). Каждое упражнение повторять по 10 раз.

**Профилактика нарушений осанки.**  
Ходьба с плоской игрушкой, лежащей на голове. Руки на поясе, спина прямая, смотреть прямо. «Пройти, не уронив игрушку».(1-2 мин.)

**Динамичная дыхательная гимнастика.**  
1. Руки с напряжением вытянуть вперед, поочередно расслабить кисти, предплечья и полностью мышцы рук.  
2. Руки с напряжением вытянуть в стороны, поочередно расслабить кисти, предплечья и полностью мышцы рук.  
3. Круговые вращения головой на два счета вдох, на четыре, шесть и восемь – выдох.  
4. Вдох – голову с напряжением повернуть к правому плечу, на выдохе голову медленно перевести к левому плечу. Повторить 3-4 раза и наклонить голову вниз, чтобы расслабить мышцы шеи.  
5. Вдох – голову с напряжением закинуть назад, выдох – наклонить вниз, расслабиться. Повторить упражнения, произнося при наклоне поочередно гласные звуки (а), (о), (у).

**Водные процедуры.**

**Май**

**Комплекс № 16. Первая, вторая недели**  
**Гимнастика пробуждения в постели.**  
«Мои игрушки»

1.Ванька-встанька. И.п.- лежа на спине. 1- поворот направо всем туловищем. 2- вернуться в И.п. То же в другую сторону. Повторить по 4 раза.

2.Хлопушки. И.п.- лежа на спине. 1- согнутую правую ногу в колене поднять вверх, выполнить под ней хлопок. 2- вернуться ви.п. То же другой ногой. Повторить 4 раза.

3.Машина. И.п.- лежа на спине. 1- вращательные движения руки перед грудью (завелся мотор). 2-3- вращательные движения ногами. 4- вернуться ви.п. Повторить 5 раз.

4.Барабан. И.п.- лежа на спине, ноги согнутые в коленях. 1- ударить кулачком правой руки по кровати. 2- ударить кулачком левой руки по кровати. 3- топнуть пяткой правой ноги по кровати. 4- топнуть пяткой левой ноги по кровати.

5.Буратино. И.п.- лежа на спине, руки вдоль туловища. 1- одновременно поднять руки и ноги. 2- вернуться ви.п. Повторить 4 раза.

**Профилактика плоскостопия.**  
Ходьба босиком по «комбинированной дорожке». (чередование канатной дорожки, ребристой доски, дорожки из мешочков с речными камушками, резинового коврика с шипами)  
Профилактика нарушений осанки.  
Физкультминутка «Веселая физкультура». И.п. – стоя между кроватями.  
Состязание, ребятки,  
Мы начнем сейчас с зарядки (ходьба с резкими движениями рук в стороны),  
Для чего нужна зарядка? (встать на носки, руки вверх – потянуться)  
Это вовсе не загадка –  
Чтобы силу развивать (присесть – встать, держать осанку)  
И весь день не уставать! (наклон назад – выпрямиться)  
Если кто-то от зарядки (бег с высоким подниманием бедра, держать осанку)  
Убегает без оглядки –  
Он не станет нипочем  
Настоящим силачом! (повороты туловища направо – налево)  
(П. Синявский)  
**Дыхательная гимнастика.**  
1. И.п. – стоя. Рот закрыт. Одну половину носа плотно закрыть пальцем, дыхание производить поочередно (по 4-5 раз) через каждую половинку носа.  
2. Дышать только через нос. Встать, ноги на ширине плеч. Руки поднять вперед и вверх ладонями внутрь – вдох, опустить руки вниз – выдох. Выполнять медленно по 5 раз.  
3. Стоя, вдыхать через одну половину носа, а выдыхать через другую до 5-6 раз через каждую половину носа.  
4. Стоя ноги вместе, нос зажат пальцами. Не спеша, громко считать до 10 (рот закрыт), затем сделать глубокий вдох и полный выдох через нос (5-6 раз).  
5. Вдох через нос, рот закрыт. На удлиненном выдохе произносить звук «м-м-м» (медленно до 8 раз).

**Водные процедуры.**

**Май**

**Комплекс № 17.Третья и четвертая недели.**  
**Гимнастика пробуждения в постели.**  
“Герои сказок”.

1. «Буратино» И.п.- лежа на спине. 1- одновременно поднять вверх ноги и руки перед собой. Пальцами правой руки дотронуться до пальцев левой ноги. 2- в И.п. То же с другой рукой и ногой.

2. «Колобок» И.п.- лежа на спине. 1- согнуть ноги в коленях, прижать колени к груди и обхватить их руками. 2-3 покачаться на спине вперед- назад. 4- вернуться в И.п.

3. «Конек-горбунок» И.п. – лежа на животе, руки вдоль туловища. 1-3 выгнуть спину. 4- вернуться ви.п.

4. «Малыш» И.п. – лежа на спине, руки вдоль туловища. 1- потянуть правую ногу пяточкой вперед, правую руку вытянуть вверх над головой. 2- то же выполнить левой ногой. 3 – выполнить то же двумя руками и ногами вместе. 4- вернуться ви.п.

Ходьба босиком по «комбинированной дорожке». (чередование канатной дорожки, ребристой доски, дорожки из мешочков с речными камушками, резинового коврика с шипами)

**Профилактика нарушений осанки, дыхательная гимнастика.**  
Физкультминутка «Стрекоза». И.п. – стоя между кроватями.  
Вот такая стрекоза, (встать на носки, руки вверх через стороны)  
Как горошины, глаза. (соединить указательный и большой пальцы обеих рук в круг,  
приставить к глазам («очки»), повороты в стороны)  
А сама, как вертолет, (вращения предплечьями назад-вперед с полуповоротом  
Влево, вправо, назад, вперед. налево-направо; наклоны в стороны)  
И на травушке – роса, (присед)  
И на кустиках роса. (наклоны вперед, прогнувшись)  
Мы ладошки отряхнули, (хлопки перед собой, руки поочередно вверх-вниз)  
Улетела стрекоза. (мелкие частые движения кистями, руки в стороны)  
Попрыгунья испугалась, (руки за голову, наклоны влево-вправо, ладони  
Только песенка осталась. сложить рупором и «петь»: «Д-з-з-з, д-з-з-з, з-з»)