**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 30 общеразвивающего вида с. Поречье**

**Индивидуальная программа воспитателя**

**старшей – подготовительной**

**группы детей в возрасте 5 - 7 лет**

**на 2015 – 2016 учебный год**

воспитатель:

Мельникова Елена Семеновна

 **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

|  |
| --- |
| ВВЕДЕНИЕ |
| 1.Пояснительная записка |
| 1.2. Программно-методический комплекс образовательного процесса |
| 1.3. Планируемые результаты освоения программы |
| 1.4. Возрастные особенности развития детей |
| 2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ |
| 2.1. Контингент детей |
| 2.2. Гибкий режим дня на холодный период для средней группы |
| 2.2.1. Гибкий режим дня на теплый период года для средней группы |
| 2.3. Обеспечение режима двигательной активности (мин) |
| 2.4. Планирование образовательной деятельности при работе по пятидневной неделе |
| 2.5. Вариативная модель организации воспитательно-образовательного процесса на учебный год (традиции организации) |
| 2.6. Вариативная модель образовательного процесса на месяц вне занятий |
| 2.7. Модель образовательной деятельности на неделю вне занятий |
| 2.8. Вариативная модель образовательного процесса на день вне занятий |
| 2.9. Содержание образовательных областей |
|  |
| 2.11. Перспективное тематическое планирование, досуговая деятельность |
| 2.12.Условия реализации программы |
|  |
| 2.12.2. Организация предметно-развивающей среды в старше –подготовительной группе (материально-технические условия)Региональный компонентРабота с родителями. |
| 2.13. Список методической литературы |
| ПРИЛОЖЕНИЯ |
| 1. Комплексы утренней гимнастики.2. Гимнастика пробуждения. |

**ВВЕДЕНИЕ**

Индивидуальная программа ( далее Программа) воспитателя для работы с детьми старше – подготовительной разновозрастной группы разработана в рамках введения Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования. Программа может быть реализована в рамках образовательной организации с учетом регионального компонента и особенностей развития контингента детей старшего дошкольного возраста.

**1.Пояснительная записка**

Педагогическая деятельность осуществляется на основании следующих нормативных документов:

- Программа спроектирована с учётом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников, кроме того учтены концептуальные положения используемой в МДОУ

- Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой в соответствии с ФГОС.

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

- приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

- приказ Минобрнауки России от17.10.2013 №1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования;

- нормативные документы регионального и муниципального уровней.

**Цель** Программы — создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника. Особое внимание в Программе уделяется развитию личности ребенка, сохранению и укреплению здоровья детей, а также воспитанию у дошкольников таких качеств, как:

• патриотизм;

• активная жизненная позиция;

• творческий подход в решении различных жизненных ситуаций;

• уважение к традиционным ценностям.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения.

**Основные задачи Программы**

● охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

● обеспечение равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);

● обеспечение преемственности основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования;

● создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

● объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

● формирование общей культуры личности воспитанников, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;

● обеспечение вариативности и разнообразия содержания образовательных программ и организационных форм уровня дошкольного образования, возможности формирования образовательных программ различной направленности с учётом образовательных потребностей и способностей воспитанников;

● формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

● обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

● определение направлений для систематического межведомственного взаимодействия, а также взаимодействия педагогических и общественных объединений (в том числе сетевого).

**Принципы Программы**

Настоящая Программа:

• соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

• сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики;

• соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);

• обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;

• строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

• основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

• предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

• предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

• допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;

• строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

**1.2. Программно-методический комплекс образовательного процесса** включает в себя:

* ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотны й вариант) / Под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014(методический комплект).

Основные учебно-методические пособия:

* Лыкова И.А. Изобразительная деятельность в детском саду. Старшая , подготовительная группа (Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»): учебно-методическое пособие. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2014.
* Ушакова О.С. Ознакомление дошкольников с художественной литературой и развитие речи. 2-е изд., дополн. Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2015.
* Кравченко И.В., Долгова Т.Д. Прогулки в детском саду. Старшая, подготовительная группы: Методическое пособие / Под ред. Г.М.Киселевой, Л.И.Пономаревой. 2-е испр. и доп. – М.: ТЦ Сфера, 2015.

 Дополнительные методические пособия см. «Список методической литературы».

**1.3. Планируемые результаты освоения программы**

**Целевые ориентиры**

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обусловливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные, возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

Целевые ориентиры, обозначенные в ФГОС ДО, являются общими для всего образовательного пространства Российской Федерации, однако каждая из примерных программ имеет свои отличительные особенности, свои приоритеты, целевые ориентиры, которые не противоречат ФГОС ДО, но могут углублять и дополнять его требования. Таким образом, целевые ориентиры программы «От рождения до школы» базируются на ФГОС ДО и целях и задачах, обозначенных в пояснительной записке к программе «От рождения до школы», и в той части, которая совпадает со Стандартами, даются по тексту ФГОС.

В программе «От рождения до школы», так же как и в Стандарте, целевые ориентиры даются для детей раннего возраста (на этапе перехода к дошкольному возрасту) и для старшего дошкольного возраста (на этапе завершения дошкольного образования).

**Примерные результаты освоения рабочей программы** служат только для педагогической диагностики. Таблицы (см. приложение 8).

**1.4. Возрастные особенности развития детей**

**Возрастные особенности детей 5 – 7 лет**

 Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». Действия детей в играх становятся разнообразными.

 Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематические изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным.

 Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют разные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

 Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (в этом случае ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к природному материалу (в этом случае ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

 Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения.

 В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие, и т.д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т.д.

 Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

 Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

 Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

 Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

 Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

 Достижения характеризуются распределением ролей игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

 Восприятие характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

**2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ**

**2.1. Контингент детей**

Списочный состав детей старше – подготовительной группы - 27 чел.

 Из них: девочек 16 чел., мальчиков 11 чел.

**2.2. Режим дня на холодный период.**

Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное

чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т.д.). Чем ближе к индивидуальным особенностям ребенка режим детского сада, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность.

Целесообразно выделить постоянное время в режиме дня для чтения детям. Читать следует не только художественную литературу, но и познавательные книги, детские иллюстрированные энциклопедии, рассказы для детей по истории и культуре родной страны и зарубежных стран. При этом не следует превращать чтение в обязательное занятие — ребенок по своему желанию может либо слушать, либо заниматься своими делами. Задача педагога — сделать процесс чтения увлекательным и интересным, чтобы все или большинство детей слушали с удовольствием.

По действующему СанПиН для детей возраста 6-7 лет планируют не более 14 занятий в неделю продолжительностью не более 30 минут (СанПиН 2.4.1.1249-03).

**Режим дня старшей - подготовительной группы (5-7лет)**

***Холодный период***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренний туалет | 06.30 (07.00)-07.30 |
| ***В дошкольном учреждении*** |  |
| Прием и осмотр, игры, общественно полезный труд, утренняя гимнастика | 7.30-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак, общественно полезный труд | 8.30-8.55 |
| Игры, самостоятельная деятельность,  | 8.55-9.00 |
| 1. Непосредственно образовательная деятельность
2. Непосредственно образовательная деятельность
3. Непосредственно образовательная деятельность
 | 9.00-9.259.35-09.5510.05 – 10.30 |
| Подготовка ко 2 завтраку, завтрак | 10.30- 10.45 |
| Игры, подготовка к прогулке, общественно полезный труд, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 10.45-12.15 |
| Возвращение с прогулки, игры | 12.15-12.40 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.40-13.10 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.10-15.00 |
| Постепенный подъем, закаливание | 15.00-15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25-15.40 |
| Самостоятельная деятельность, игры, дополнительное образование. | 15.40-16.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка: игры,кружковая, самостоятельная деятельность детей, общественно полезный труд | 16.25-18.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка | 18.00-19.45 |
| Возвращение с прогулки, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры | 19.45- 21.00 |
| Укладывание, ночной сон | 21.00 -6.30 (7.30) |
| **Режим дня старшей подготовительной группы (5-7лет)*****Теплый период года*** |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренний туалет | 06.30 (07.00)-07.30 |
| ***В дошкольном учреждении*** |  |
| Прием на улице, осмотр, игры, общественно полезный труд, утренняя гимнастика | 07.30)-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30-8.55 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.55-9.15 |
| Подготовка к прогулке, общественно полезный труд, прогулка (игры, наблюдения, труд), самостоятельная деятельность | 9.15-10.15 |
| Подготовка ко 2 завтраку, завтрак | 10.15-10.45 |
| Прогулка, возвращение с прогулки, игры | 10.45-12.40 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.40-13.10 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.10-15.00 |
| Постепенный подъем, закаливание | 15.00-15.25 |
| Подготовка к полднику, общественно полезный труд, полдник | 15.25-15.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 15.40-16.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей, общественно полезный труд | 16.25-18..00 |
| ***Дома*** |  |
| Прогулка | 18.00-19.15 |
| Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.15 -21.00) |
| Укладывание, ночной сон | 21.00 - 6.30 (7.30) |

 **Особенности осуществления образовательного процесса**

Программа рассчитана на 10,5-часовое пребывание ребёнка в детском саду. Группа детей разновозрастная: старшая (5-6 лет), подготовительная к школе (6-7 лет)

**Количество периодов непосредственно организованной образовательной деятельности**

|  |  |
| --- | --- |
| Виды организованной деятельности в старшей группе | Кол во |
| Познание\*Познавательно исследовательская и продуктивная (конструктивная деятельность) Формирование элементарных математических представлений. Формирование целостной картины мира | 1 11 |
| Коммуникация. Чтение художественной литературы | 2 |
| Художественное творчество Рисование Лепка Аппликации | 20,5 0,5 |
| Физическая культура | 3 |
| Музыка | 2 |
| Общее количество | 13 |
| Виды организованной деятельности в подготовительной группе | Кол во |
| Познание (Познавательно исследовательская и продуктивная (конструктивная) деятельность. Формирование элементарных математических представлений. Формирование целостной картины мира) | 121 |
|  Коммуникация.  | 1 |
|  Чтение художественной литературы | 1 |
|  Художественное творчествоРисование ЛепкаАппликация | 20,5 0,5 |
|  Физическая культура | 3 |
|  Музыка | 2 |
|  Общее количество | 14 |

 **Образовательная деятельность в ходе режимных моментов.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Базовый вид** **деятельности** | **Периодичность** | **Интеграция образовательных областей** |
| Утренняя гимнастика | ежедневно | социально-коммуникативное развитие;  художественно-эстетическое развитие;  физическое развитие.  |
| Комплексы закаливающих процедур | ежедневно |  социально-коммуникативное развитие;  речевое развитие;  физическое развитие.  |
| Гигиенические процедуры | ежедневно |  «Здоровье», «Безопасность», «Социализация», «Коммуникация» |
| Ситуативные беседы при проведении режимных моментов | ежедневно |  социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие;  речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие;  |
| Дежурство | ежедневно | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие;  речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие;  |
| Прогулки  | ежедневно | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие;  речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие;  физическое развитие.  |

**Самостоятельная деятельность детей.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Базовый вид****деятельности** | **Периодичность** | **Интеграция образовательных****областей** |
| Игра | ежедневно | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие;  речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие;  физическое развитие.  |
| Самостоятельная деятельность детей в центрах (уголках) развития | ежедневно | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие;  речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие; физическое развитие.  |

**РАСПИСАНИЕ НЕПРЕРЫВНОЙ НЕПОСРЕДСТВЕННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Старшая подгруппа** | **Подготовительная подгруппа** |
| Понедельник | Интеграция познавательно-речевого, художественно-эстетического и физического развития9.00- 09.25 - Познавательно-исследовательская и продуктивная (конструктивная) деятельность.Конструирование/оригами10.00-10.25 — Музыкальное занятие*С.Д: «Социализация» (Сюжетно-ролевая/ театрализованная игра)* | Интеграция познавательно-речевого и художественного-эстетического развития8.55-9.25 – Познавательно-исследовательская и продуктивная (конструктивная) деятельность.Конструирование/оригами10.10-10.40 – Музыкальное занятие*С.Д: «Социализация» (Сюжетно-ролевая/ театрализованная игра)* |
| Вторник. | Интеграция художественно-эстетического и коммуникативно-личностного и физического развития.9.00-9.25 – Познание (формирование целостной картины мира, расширение кругозора).9.30-10.00 – свободная игровая деятельность10.10-10.45 – Музыкальное занятиеС.Д: *коммуникативно-личностное развитие (беседы по ОБЖ, ПДД. валеологии).* | Интеграция художественно-эстетического и коммуникативно-личностного и физического развития.9.00-9.30- Познание (формирование целостной картины мира, расширение кругозора).9.35-10.05 – Коммуникация. Обучение грамоте10.10-10.40 - Музыкальное занятие С.Д: С.Д: *коммуникативно-личностное развитие (беседы по ОБЖ, ПДД. валеологии).* |
| Среда | Интеграция познавательно-речевого и художественно-эстетического развития.9.00-9.25 – Познание (ФЭМП)10.10-10.35 – Изобразительная деятельность (Рисование).10.40-11.05 — Физкультурное занятиеС. Д: Коммуникация: «Чтение художественной литературы» | Интеграция познавательно-речевого и художественно-эстетического развития.9.00- 9.25 — самостоятельная игровая деятельность.9.30-10.00 – Познание (ФЭМП)10.10-10.40 – Изобразительная деятельность (Рисование).10.40 – 11.10 – Физкультурное занятиеС. Д: Коммуникация: «Чтение художественной литературы» |
| Четверг | Интеграция художественно-эстетического и физического развития.9.00-9.25 — Коммуникация9.35-10.10 – Свободная игровая деятельность 10.15-10.40 Художественное творчество (лепка/аппликация)11.20-11.45 - Двигательная деятельность(на улице)*Досуги:*Музыкальный досуг: 15.25-15.55С.д. Экспериментальная деятельность | Интеграция познавательно-речевого и художественно-эстетического развития.9.00- 9.30 — Коммуникация 09.40 – 10.10 - Познание (ФЭМП)10.15-10.45 – Изобразительная деятельность (лепка/аппликация).11.20-11.45 – Двигательная деятельность(на улице)Музыкальный досуг 15.25-15.55С.д.Экспериментальная деятельность |
| Пятница | Художественно-эстетическое развитие.9.00-9.25 – Физкультурное занятие9.40-10.00 - Художественное творчество (рисование)*Совместная деятельность и индивидуальная работ,а направленная на коммуникативно-личностное развитие (элементарная трудовая деятельность)* | Художественно-эстетическое развитие.9.00-9.30 - Физкультурное занятие10.20-10.50 - Художественное творчество. (рисование)*Совместная деятельность и индивидуальная работа, направленная на коммуникативно-личностное развитие (элементарная трудовая деятельность)* |

НОД проводятся в игровой форме с элементами двигательной активности (физминутки проводятся каждые 10 минут, по 2-3 минуты)

**Режим двигательной активности**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Формы работы | Понедельник | вторник | среда | четверг | пятница | всего |
| I | II | I | II | I | II | I |  II |  I |  II |  |
| 1 | Подвижные игры во время утреннего приема детей | 10 м |  | 10 м |  | 10 м |  |  10 м |  |  10 м |  | 50 мин |
| 2 | Утренняя гимнастика | 10 м |  | 10 м |  |  10 м |  |  10 м |  |  10 м |  | 50 мин |
| 3 | Физкультурные занятия (2 в зале, 1 на улице) | 30 м |  |  |  |  25 м |  |   |  |  25 м |  | 1 ч 15 м |
| 4 | Музыкально-ритмические движения (на муз. занятиях)   |  |  | 10 м |   |  |  |  10 м |  |  |   | 20 мин |
| 5 | Подвижные игры на улице | 10 м | 10 м | 10 м | 10 м |  10 м |  10 м |  10 м | 10 м |  10 м |  10 м |  1 ч 40 м |
| 6 | Оздоровительные мероприятия:- гимнастика пробуждения;- дыхательная гимнастика. |  |  7 м |  |  7 м |  |  7 м |  | 7 м |  |  7 м | 35 мин |
| 7 | Физкультурные упражнения на прогулке (по подгруппам 3-4 ребенка) | 12 м |  | 12 м |  |  12 м |  |  12 м |  |  12 м |  | 60 мин |
| 8 | Физкультурныйдосуг  | 1 раз в месяц – 40 минут |
| 9 | Физкультурные праздники | 2 раза в год (зимний и летний) – до 1 часа |
| 10 | Самостоятельная двигательная деятельность в течение дня | Ежедневно.Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей.Проводится под руководством воспитателя |

Комплексы утренней гимнастики см. приложение .

Гимнастика пробуждения см. приложение .

**2.5. Вариативная модель организации воспитательно-образовательного процесса на учебный год (традиции организации)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Время проведения** | **Участники образовательного процесса** |
| ***дети*** | ***педагоги*** | ***родители*** |
| ***Сентябрь*** | Праздник «День знаний»Фотовыставка «Как мы провели лето» | Праздник «День знаний»Фотовыставка «Как мы провели лето»Родительское собрание Праздник «День дошкольного работника» | Праздник «День знаний»Фотовыставка «Как мы провели лето»Родительское собрание Анкетирование родителей |
| ***Октябрь*** | Осенний праздникОсенний вернисаж | Осенний праздникОсенний вернисажДень открытых дверейПодготовка и проведение открытого занятия | Осенний праздникОсенний вернисажДень открытых дверейПомощь в подготовке групп к зимнему периоду |
| ***Ноябрь*** | Неделя игры и игрушкиВыставка игрушекДень матери | Неделя игры и игрушкиВыставка игрушекДень матери | Неделя игры и игрушкиДень материПомощь в изготовлении костюмов и декораций |
| ***Декабрь*** | Конкурс на лучшее оформление группы к новогодним праздникамКонкурс елочных украшенийНовогодний праздник | Конкурс на лучшее оформление группы к новогодним праздникамКонкурс елочных украшенийНовогодний праздник | Конкурс на лучшее оформление группы к новогодним праздникам Конкурс елочных украшений (совместные детско-родительские проектыНовогодний праздник |
| ***Январь*** | Зимние каникулы - Неделя зимних игр и забавСпортивный праздникКонкурс на лучшее оформление зимнего участкаВыставка поделок «Зимушка-зима» | Зимние каникулы - Неделя зимних игр и забав Спортивный праздникКонкурс на лучшее оформление зимнего участка | Родительское собраниеСовместный проект для выставки поделок «Зимушка-зима» |
| ***Февраль*** | День защитников ОтечестваМасленицаВыставка-ярмарка | Подготовка и проведение Дня защитника Отечества, МасленицыОрганизация выставки ко Дню защитника Отечества | Масленица Совместное с детьми изготовление сувениров для выставки-ярмарки |
| ***Март*** | Праздник 8 мартаВыставка «Милой мамочки портрет» | Педсовет №4Организация и проведение праздника 8 марта  | Помощь в оформлении выставки  |
| ***Апрель*** | Весенний праздникДень открытых дверей | Весенний праздникДень открытых дверейСубботник по благоустройству территории детского сада | Весенний праздникДень открытых дверейСубботник по благоустройству территории детского сада |
| ***Май*** | День ПобедыВыпуск детей в школу | Подготовка и проведение праздников «День Победы», «Выпуск в школу»Родительское собрание | Выпуск детей в школуРодительское собрание |
| ***Июнь*** | День защиты детейЛетний спортивный праздник | Летний спортивный праздник | Летний спортивный праздник |
| ***Июль*** | День семьи, любви и верности – музыкально-спортивный праздникФестиваль подвижных игр | Подготовка и проведение музыкально-спортивного праздника, фестиваля подвижных игр | День семьи, любви и верности |
| ***Август*** | Туристический поход с использованием тематики ОБЖ | Подготовка и проведение туристического похода Подготовка детского сада к началу учебного года | Подготовка и проведение туристического похода с участием родителейПомощь в подготовке детского сада к началу учебного года |

**2.8. Вариативная модель образовательного процесса на день вне занятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Направления развития ребенка по образовательным областям** | **1-ая половина дня** | **2-ая половина дня** |
| **Физическое развитие** | - прием детей на воздухе в теплое время года;- утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты)- гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта)- закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, воздушные ванны)- физкультминутки на занятиях- физкультурные занятия- прогулка в двигательной активности | - гимнастика после дневного сна- закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне)- физкультурные досуги, игры и развлечения- самостоятельная двигательная деятельность- прогулка (индивидуальная работа по развитию движений) |
| **Познавательное развитие, развитие речи** | НОД: дидактические игры-наблюдения-беседы-экскурсии и целевые прогулки по участку- исследовательская работа, опыты, экспериментирование | - НОД, игры- досуги- индивидуальная работа |
| **Социально-коммуникативное развитие** | - утренний прием детей, индивидуальные, подгрупповые беседы-оценка эмоционального настроения группы с последующей коррекцией работы-формирование навыков культуры еды-этика быта, трудовые поручения- дежурство по столовой - дежурства по занятиям -формирование навыков культуры общения-театрализованные игры-сюжетно-ролевые игры | - индивидуальная работа- этика быта- трудовые поручения- игры с ряжением- работа в книжном уголке- общение старших детей- сюжетно-ролевые игры |
| **Художественно-эстетическое развитие** | - НОД по музыкальному воспитанию и изобразительной деятельности- эстетика быта-экскурсия в природу (любование) | - индивидуальная работа- музыкально-художественные досуги |

**2.9. Содержание образовательных областей**

Содержание образовательных областей:

«Познавательное развитие»,

«Развитие речи»,

«Художественно-эстетическое развитие»

«Социально-коммуникативное развитие»

«Физическое развитие»,

отражено в примерной общеобразовательной программе «От рождения до школы».

**2.11. Перспективное тематическое планирование, досуговая деятельность**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тема**  | **Развернутое содержание работы** | **Варианты итоговых мероприятий** |
| День знаний, мой детский сад (4ая нед.авг. – 1 нед.сентября) | Развитие у детей познавательной мотивации, интереса к школе, книге. Формирование дружеских отношений между детьми. Продолжение знакомства с детским садом, предметно-пространственной средой, сотрудниками детского сада. | «День знаний»,  |
| Осень (7.09 – 9.10) | Расширение представлений детей об осени. Развитие умения устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Расширение представлений о сельскохозяйственных профессиях. Расширение знаний об овощах, фруктах. Расширение представлений о правилах безопасного поведения в природе, воспитание бережного отношения к ней. Формирование элементарных экологических представлений. | «День рождения группы», родительское собрание, «Праздник осени», выставка детского творчества. |
| Я в мире – человек (12.10 – 30.10) | Расширение представлений о здоровом образе жизни. Расширение представлений детей о своей семье. Формирование первоначальных представлений о родственных отношениях в семье. Закрепление знания детьми своего имени, фамилии, возраста; имен родителей. Знакомство с профессиями родителей. Формирование положительной самооценки, образа Я. Развитие представлений детей о своем внешнем облике. Воспитание эмоциональной отзывчивости на состояние близких людей, формирование уважительного, заботливого отношения к пожилым родственникам. | Открытый День здоровья. |
| Мой город – моя страна (2.11- 27.11) | Знакомство с родным селом.. Формирование начальных представлений о родном крае, его истории и культуре. Воспитание любви к родному краю. Расширение представлений о видах транспорта и его назначении, о правилах поведения на селе, элементарных правилах дорожного движения. Расширение представлений о профессиях. Знакомство с некоторыми выдающимися людьми, прославившими Россию. | Досуг- «Правила дорожные на улице родного села».Досуг «День Матери»Выставка «Моя улица, мой дом» |
| Зима. Новогодний праздник. (30.11 – 31.12) | Расширять представления детей о зиме, приметах, изменениях в погоде. Организация всех видов детской деятельности вокруг темы Нового года и новогоднего праздника. | Новогодний праздник. Выставка детского творчества. |
| Зима.(11.01 – 31.01) | Расширение представлений детей о зиме. Развитие умения устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы. Развитие умения вести сезонные наблюдения. Знакомство с зимними видами спорта. Формирование представлений о безопасном поведении людей зимой. Формирование исследовательского и познавательного интереса в ходе экспериментирования с водой и льдом. Расширение представлений о местах, где всегда зима, о животных Арктики и Антарктики. | Досуг «Зима». Выставка детского творчества. |
| День защитника Отечества (01.02 – 23.02) | Знакомство детей с «военными» профессиями (солдат, танкист, летчик, моряк, пограничник); с военной техникой (танк, самолет, военный крейсер); с флагом России. Воспитывать любовь к Родине. Осуществление гендерного воспитания (формировать у мальчиков стремления быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитание в девочках уважения к мальчикам, как к будущим защитникам Родины). Приобщение к русской истории через знакомство с былинами о богатырях. | Досуг, посвященный Дню защитника Отечества. Выставка детского творчества. |
| Моя мама (22.02 – 08.03) | Организация всех видов детской деятельности вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитание уважения к воспитателям, другим сотрудникам детского сада. Расширение гендерных представлений. Привлечение детей к изготовлению подарков маме, бабушке, воспитателям. | Праздник 8 марта, выставка детского творчества. |
| Народная культура и традиции (09.03 – 31.03)  | Расширение представлений о народной игрушке (дымковская, филимоновская, матрешка и др.), знакомство с народными промыслами. Привлечение детей к созданию узоров дымковской и филимоновской росписи. Продолжение знакомства с устным народным творчеством. Использование фольклора при организации всех видов детской деятельности. | Фольклорный праздник. Выставка детского творчества. |
| Весна(01.04– 08.04, 18.04 – 29.04) | Расширение представлений детей о весне. Развитие умения устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Расширение представлений о правилах безопасного поведения на природе. Воспитание бережного отношения к природе. Формирование элементарных экологических представлений. Формирование представлений о работах, проводимых весной на огороде и в саду. Привлечение детей к посильному труду на участке детского сада, в цветнике. | Праздник «Весна». Выставка детского творчества. |
| Космос (11.04 – 15.04) | Формировать у детей первичное представление о космосе и космических объектах. Рассказать о том, что первыми живыми существами, посетившими космос, были друзья человека – собаки. | Досуг, посвященный Дню Космонавтики, выставка детского творчества. |
| День Победы (02.05 – 09.05) | Осуществление патриотического воспитания. Воспитание любви к Родине. Формирование представлений о празднике, посвященном Дню Победы. Воспитание уважения к ветеранам войны. | Праздник, посвященный Дню Победы, выставка детского творчества. |
| Скоро лето (10.05 -31.05) | Расширение представлений детей о лете. Развитие умения устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Знакомство с летними видами спорта. Формирование представлений о безопасном поведении в лесу. | Праздник «Лето», спортивный праздник, выставка детского творчества. |
| 1 нед июня – 3ая нед. августа | В летний период детский сад работает в каникулярном режиме |

**2.12.2. Организация предметно-развивающей среды в старше – подготовительной группе (материально-технические условия)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Центр развития** | **Оборудование и материалы, которые должны быть в группе** |
| **Спортивный****центр** | * Доска гладкая и ребристая;    - коврики, дорожки массажные, со следочками (для профилактики плоскостопия);
* палка  гимнастическая;
* мячи;  корзина для метания мечей;
* обручи;    скакалка;  кегли; дуга; кубы;
* скамейка;
* мат гимнастический;
* шнур длинный и короткий;
* лестница гимнастическая
* мешочки с грузом (150-200 гр.);  мешочек с грузом большой (400 гр);
* ленты, флажки;
* кольцеброс.
 |
| **Центр познавательного развития** | * набор геометрических фигур для группировки по цвету, форме, величине (7 форм разных цветов и размеров);
* набор объёмных геометрических тел (разного цвета и величины);
* доски-вкладыши  (с основными формами, составными из 4-5 частей);
* набор разноцветных палочек с оттенками (по 5-7 каждого цвета);
* наборы для сериации по величине - бруски, цилиндры и т.п. (7-8 элементов каждого признака);
* набор плоскостных геометрических фигур для составления изображений по графическим образцам (из 4 - 6 элементов);
* мозаика (разных форм и цвета, мелкая) с графическими образцами;
* часы с крупным циферблатом и стрелками;
* графические «головоломки» (лабиринты, схемы маршрутов персонажей и т.п.) в виде отдельных бланков, буклетов, настольно-печатных игр
* набор кубиков с буквами и цифрами
* набор карточек с изображением количества (от 1 до 10) и цифр;
* числовой фриз на стене;
* кассы настольные
* набор для экспериментирования с водой:  емкости одинакового и разного размеров (5 - 6), различной формы, мерные стаканчики, предметы из разных материалов («тонет - не тонет»), черпачки, сачки, воронки;
* наборы для экспериментирования с песком: формочки разной конфигурации, емкости разного размера (4-5 шт), предметы-орудия разных размеров, форм, конструкции;
* Тетради Соловьёва Е.В. «Моя математика»: Развивающая книга для детей старшего дошкольного возраста.- М: Просвещение (последний год издания) – для каждого ребёнка;
* счёты;
* книги по математике о числах первого десятка;
* Математический театр в коробке;
* геометрические панно, сделанные совместно с детьми.

Материал по познавательному развитию:* наборы картинок для группировки и обобщения (до 8 - 10 в каждой группе;
* наборы предметных картинок типа «лото» из 6-8 частей (той же тематики, в том числе с сопоставлением реалистических и условно-схематических изображений);
* набор парных картинок на соотнесение (сравнение: найди отличие (по внешнему виду), ошибки (по смыслу);
* наборы предметных картинок для группировки по разным признакам (2 - 3) последовательно или одновременно (назначение, цвет, величина);
* серии картинок (по 4 - 6) для  установления последовательности событий (сказки, литературные сюжеты, социобытовые ситуации);
* серии из 4 картинок «Времена года» (природная и сезонная деятельность людей);
* предметные и сюжетные картинки (с различной тематикой) крупного и мелкого  формата;
* разрезные (складные) кубики с  сюжетными картинками (6 - 8 частей);
* разрезные сюжетные картинки (6 - 8 частей).

Краеведческие материалы: фотографии родного края, гербарии. |
| **Центр  речевого развития** | * Дидактические наглядные материалы;
* предметные и сюжетные картинки и   др.
* книжные уголки с соответствующей возрасту  литературой;
* «Чудесный мешочек» с различными предметами.
 |
| **Центр творчества****(конструирование и ручной труд)** | Материалы для конструирования:* конструкторы с разнообразными способами крепления деталей;
* строительные наборы с деталями разных форм и размеров;
* коробки большие и маленькие; ящички;
* бросовый материал: чурбачки, цилиндры, кубики, брусочки с просверленными дырками;

Материалы для ручного труда:* бумага разных видов (цветная, гофрированная, салфетки, картон, открытки и др.)
* вата, поролон, текстильные материалы (ткань, верёвочки. шнурки, ленточки и т.д.);
* подборка бросового материала (коробки, катушки, конусы, пластиковые бутылки, пробки,  фантики и фольга от конфет и др.);
* проволока в цветной оболочке;
* природные материалы (шишки, мох, желуди, семена арбуза, дыни, клёна и др,, сухоцветы, скорлупа орехов, яичная и др.);
* инструменты: ножницы с тупыми концами;  кисть; клей.
* «Полочка красоты»;
* мольберт или пюпитр;
* наборы цветных карандашей; наборы фломастеров; шариковые ручки;  гуашь; акварель; цветные восковые мелки и т.п.
* индивидуальные палитры для смешения красок;
* кисточки  - тонкие и толстые, щетинистые, беличьи;  баночки для промывания ворса кисти от краски;
* бумага для рисования разного формата;
* салфетки из ткани, хорошо впитывающей воду, для осушения кисти; салфетки для рук;
* губки из поролона;
* пластилин, глина;
* доски для лепки;
* стеки разной формы;
* розетки для клея;
* подносы для форм и обрезков бумаги;
* большие клеёнки для покрытия столов;
* навесные валики с рулонами бумаги;
* печатки для нанесения узора;
* школьные мелки для рисования на доске и асфальте или линолеуме.
 |
| **Центр живой природы** | * комнатные растения такого же вида, как и в младшей группе (4 -5 видов)  с красивыми листьями различной формы, цветущие;
* круговая диаграмма смены времён года;
* изображение явлений природы (солнце, пасмурно, ветер, дождь, снег и др.) со стрелкой.
 |
| **Центр  сюжетно-ролевых  и др. игр** | * Оборудование для сюжетно-ролевых игр «Дом», «Парикмахерская», «Больница», «Магазин» и др.
* атрибуты для сюжетно-ролевых игр (шапочки, бескозырки, фартуки, юбки, наборы медицинских, парикмахерских принадлежностей и др.);
* куклы крупные (35-40 см), средние (25-35 см);  куклы девочки и мальчики;
* фигурки средней величины:  дикие и домашние животные;
* наборы кухонной и чайной посуды;
* набор овощей и фруктов;
* машины крупные и средние; грузовые и легковые;
* телефон, руль, весы, сумки, ведёрки, утюг, молоток, часы  и др.
* кукольные коляски;
* настольные игры.
 |
| **Музыкальный центр** | * Музыкальные инструменты (бубен, барабан, треугольник, маракасы, тарелки, металлофон, ложки и труба, саксофон.);
* Музыкально-дидактические игры.
 |

В течение учебного года в игровой деятельности детей используются:

1. Спортивная площадка.
2. Спортивный зал.
3. Музыкальный зал.
4. Огород.
5. Комната ПДД
6. Мини-музей «Русская изба».
7. «Экологическая гостиная»
8. « Комната сказок»
9. Детская игровая площадка на улице.

**Условия реализации рабочей программы**

 Состояние предметно-развивающей среды в группе соответствует санитарным нормам и правилам и основывается на:

- реализуемой в детском саду образовательной программы;

- требованиях нормативных документов;

- материальных условиях;

- предпочтениях и уровне развития детей;

- общих принципах построения предметно-развивающей среды

 Все компоненты развивающей предметной среды включают оптимальные условия для полноценного физического, эстетического, познавательного и социального развития детей.

**Система развивающей предметной среды в старше – подготовительной группе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п\п | Помещение | Психолого-педагогическое назначение |
| 1 | Музыкальный зал |  Праздники, досуги, развлечения, музыкальная НОД, индивидуальная работа. Обучение детей игре на музыкальных инструментах. Театрализованная деятельность. Консультативная работа по вопросам музыкального воспитания для родителей. |
| 2 | Физкультурный зал | Утренняя гимнастика.Спортивные праздники и физкультурные досуги.Физкультурная НОД.Укрепление здоровья детей, приобщение к здоровому образу жизни |
| 3 | Помещение группы | Центр сюжетно-ролевой игры.Книжный уголок, игры для развития речи и коммуникативных способностей.Уголок природы, экспериментирования и опытов.Центр строительно-конструктивных игр.Центр искусства: предметы искусства, материалы и оборудование для детской изобразительнойдеятельности.Самостоятельная игровая деятельность.Самостоятельная двигательная активность. |
| 4 | Территория детского сада, зона участка | Прогулки.Игровая деятельность.Физкультурные досуги, праздники.Самостоятельная двигательная активность.Развитие познавательно-исследовательской активности.Развитие трудовой деятельности. |

**Оснащение и оборудование**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Оборудование и материалы |
| Спортивный уголок | Массажные коврики и дорожки, гимнастические мячи малые, скакала, кегли, шнур, мешочки с грузом, ленты, флажки, кольцебросы,  |
| Познавательное развитие /сенсорное развитие | часы с крупным циферблатом и стрелками, головоломки, паззлы, мозаика, набор кубиков с буквами и цифрами , картинки (по 4 - 6) для установления последовательности событий (сказки, бытовые ситуации); предметные и сюжетные картинки (с различной тематикой); разрезные (складные) кубики с картинками; развивающие настольные игры, дидактические игры «Чудесный мешочек», «Бирюльки»,  |
| Уголок экспериментирования | Емкости одинакового и разного размеров, различной формы, предметы из разных материалов («тонет - не тонет»), ложки, емкости с различными природными материалами для опытов – глина, песок, камни. Набор условных знаков для описания свойств различных материалов. |
| ИЗО деятельность | ножницы с тупыми концами; кисти; клей; наборы цветных карандашей; гуашь; акварель; индивидуальные палитры для смешения красок; кисточки - тонкие и толстые, щетинистые, беличьи; баночки для промывания кисти от краски; бумага для рисования разного формата; салфетки для осушения кисти; губки из поролона; пластилин, доски для лепки, стеки разной формы; розетки для клея; мисочки для форм и обрезков бумаги; клеёнки для работы с клеем; школьные мелки для рисования на доске и асфальте или линолеуме. |
| Природный уголок | Комнатные растения, круговая диаграмма смены времён года, диаграмма смены дней недели; календарь погоды сизображением явлений природы (солнце, пасмурно, ветер, дождь, снег и др.), паспорта комнатных растений, настольные игры, различный природный материал, «Правила поведения в природе», фигурки животных различных климатических зон. Коллекция камней и минералов, найденная детьми 12 группы. |
| Речевое развитие/ книжный уголок | Дидактические наглядные материалы и игры; предметные и сюжетные картинки и др. книжный уголок соответствующей возрасту литературой;«Чудесный мешочек» с различными предметами. |
| Сюжетно-ролевые игры | Оборудование для сюжетно-ролевых игр «Дом», «Парикмахерская», «Больница», «Магазин» и др.атрибуты для сюжетно-ролевых игр (шапочки, бескозырки, фартуки, юбки, наборы медицинских, парикмахерских принадлежностей и др.);куклы крупные, средние и маленькие. наборы кухонной и чайной посуды; набор овощей и фруктов; машины крупные, средние и мелкие; грузовые и легковые;телефон, руль, весы, сумки, ванночки, утюг, молоток, часы и др., кукольные коляски; настольные игры. |
| Уголок театрализованной и музыкальной деятельности | Различные виды театра (настольный, пальчиковый, теневой, кукольный), музыкальные инструменты (трещотки, бубен, маракасы, гармошка, ксилофон), костюмы. |
| Уголок конструирования | Материалы для конструирования: конструкторы с разнообразными способами крепления деталей;  |

**10. Региональный компонент**

Целостное развитие личности ребенка является основным смыслом дошкольного детства. И нельзя воспитывать, не развивая чувства любви к своей Родине, к своему родному краю, любимому селу.

 Целью данного раздела программы является – развитие познавательных интересов дошкольников в освоении культурно-исторических ценностей нашего региона и села, повышение культуры межнациональных отношений, формирование общечеловеческих ценностей. При составлении Программы выделено главное направление – дать детям знания о родном крае, селе. Ведь село – это наиболее понятная и близкая тема для детей дошкольного возраста.

Представленная Программа по региональному компоненту содержит следующие разделы:

«С чего все начиналось»;

«Наше время»;

«Наедине с природой».

Каждый из разделов реализуется поквартально.

Изучение регионального компонента проходит через четыре основных направления: физическое, социально-личностное, познавательно-речевое и художественно-эстетическое.

Также в Программе подробно отражены образовательные области, через которые происходит усвоение и закрепление материала.

**Пример региональной модели перспективного планирования («Я-концепция» личности)**

Гендерная принадлежность

Русский быт, традиции

Мой дом

Мой детский сад (группа)

 Моя семья

Моя улица

Люди близкого окружения (друзья, родные, соседи, знакомые, посторонние люди)

Мой район, город

Мой край

(область)

Моя Родина

Мои права и обязанности

Государственная символика

Народный календарь

(приметы, праздники, фитомедицина, пр.)

Устное народное творчество

(музыка, сказки, песни, загадки, прибаутки, прибаутки

Народные игры

(хороводные, подвижные, соревновательного характера и пр.)

Страны мира. Целостная картина мира

**Я**

**Перспективное планирование работы с детьми 5-7 лет по региональному компоненту**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тема, цель,****итоговое мероприятие по теме**  | **Вид взросло – детской (партнерской) деятельности**  | **Формы организации совместной****взросло – детской (партнерской) деятельности** | **Предполагаемая самостоятельная****деятельность детей** | **Материал и оборудование** |
| **1.Я хочу быть похожим на …** **Цель**: Способствовать формированию и развитию представлений о трудовой деятельности взрослых людей**Итоговое мероприятие:*****Мини – проект*** «Мир увлечений нашей семьи»(рукотворные предметы)» | **Игровая****Коммуникативная****Познавательно – исследовательская****Трудовая****Двигательная****Чтение художественной литературы****Музыкально – художественная****Продуктивная** | **Сюжетные игры:** «Магазин» («Магазин открывается», «Купим одежду кукле» и т.п.), «Автомастерская», «Парикмахерская», «Больница», «Детский сад», «Шофер», «Пароход» и другие. **Дидактические игры:** «Кому что нужно?», «Четвертый лишний», «Чудесный мешочек», «С одним обручем», «С двумя обручами (одежда праздничная и рабочая)», «Узнай, кому что нужно для работы», «Маленькие помощники», «Грязи нет и пыли нет» и другие.**Теневой театр** «Кому это нужно для работы»**Беседы** о труде взрослых.**Беседы** на секретные и личные темы (обогащающие представления детей о родителях)**Ситуативные разговоры** и **речевые ситуации** по теме.**Отгадывание загадок** об овощах с бабушкиного огорода**Составление** описательных рассказов об овощах и фруктах**Наблюдения** за трудовыми действиями взрослых**Экскурсии** по детскому саду (в кабинет медицинской сестры, на кухню, в спортивный и музыкальный зал, в прачечную и т.д.).**Моделирование и решение проблемных ситуаций** «Оторвалась пуговица на платье у куклы, кто может помочь?», «Кукла испачкала платье», «Сломалась игрушка», «Сломался стул» и другие.**Экспериментирование** «Попробуй на вкус и скажи, что не так?» (соленый компот или морс).**Коллекционирование** «Мир моих увлечений» (семейные коллекции рукотворных предметов, изготовленных взрослыми совместно с детьми).**Моделирование** на схеме разнообразных видов «водного» и «воздушного» транспорта (мальчики), интерьера комнаты для куклы (девочки).**Конструирование** из настольного строителя«Кто на бабушкином дворе живет?» («Скотный двор»,  **«**Птичий двор**»).****Совместная деятельность взрослых и детей по** созданию семейного мини – проекта «Мир увлечений нашей семьи».**Поручения** (групповые и индивидуальные) по уходу за обитателями живого уголка.**Задание:** изготовить совместно с родителями поделки для проекта.**Подвижные игры** «Где мы побывали, что мы повидали», «Стираем» и другие.**Чтение и рассказывание** рассказов, сказок и стихотворений о трудовой деятельности «Петушок и бобовое зернышко», «Лиса - лапотница», «Кот, петух и лиса», «Ленивая Бручулина» и другие.**Музыкальные сказки – импровизации** М.Макитенко «Коза - дереза», М.Найденова «Кот -Котофеевич» и другие**Песни по теме****Музыкально – дидактические игры****Развлечение** «Осень в гости к нам пришла»**Лепка** «Угощения для животных с бабушкиного двора» и другое.**Аппликация** «Домик для Тузика» и другое.**Рисование** «Украсим бабушкино поддворье» (нетрадиционные техники – тычком и другими).**КТД** Совместное со взрослыми оформление мини – проектов «Мир увлечений нашей семьи». | Разыгрывание небольших сюжетов с атрибутами к играм «Магазин», «Автомастерская», «Парикмахерская», «Больница», «Детский сад», «Шофер», «Пароход» и с другими.Действия с предметами для теневого театра.Действия с муляжами овощей и фруктов.Рассматривание семейных коллекций, называние предметов.Моделирование на схемах – моделях «Наземный транспорт», «Воздушный транспорт», «Водный транспорт», «Комната для куклы».Конструированиеиз настольного строителя«Кто на бабушкином дворе живет?» («Скотный двор»,  **«**Птичий двор**»).**Рисование травы, круглых форм, дождя и другое.Лепка угощений для животных (круглые формы).Игры в уголке ряжения | Ролевые атрибуты к играм«Магазин», «Автомастерская», «Парикмахерская», «Больница», «Детский сад«Шофер», «Пароход» и с другим;Дидактические игры;Предметы для выполнения действий женщиной и мужчиной (молоток, половник и другие)Экран для теневого театраМуляжи овощей и фруктов.Семейные коллекции рукотворных предметов.Схемы – модели «Наземный транспорт», «Воздушный транспорт», «Водный транспорт», «Комната для куклы»; картинки с изображением разных видов транспорта и мебели для кукольной комнаты.Настольный строитель.Изобразительные, природные материалы для создания мини – проекта.ТСО (магнитофон и другое).Одежда, аксессуары в уголке ряжения. |
| **2.«Дружат в нашей группе девочки и мальчики»** **Цель:** Способствовать осознанию ребенком своей половой принадлежности и освоения норм поведения в обществе сверстников соответственно пола**Итоговое мероприятие:***День животных**Театрализованная игра* | **Игровая****Коммуникативная****Познавательно – исследовательская****Продуктивная****Двигательная****Чтение художественной литературы****Музыкально –** **художественная** | **Ситуативный разговор и речевая ситуация** по теме**.****Загадывание и отгадывание загадок** об игрушках, о животных, о любимых занятиях**Дидактические игры**: «»Цепочка добрых (ласковых, колючих) слов» и другие**Составление описательных рассказов** об игрушках (по моделям), любимых занятиях девочек и мальчиков.**Экскурсии** на спортивную площадку школы (спортивные увлечения девочек и мальчиков), в школьную (или детскую) библиотеку («Книжкин дом»).**Наблюдения** за деятельностью девочек и мальчиков (своей группы и старших групп).**Наблюдения** за взаимоотношениями девочек и мальчиков «А ты бы как поступил?», «А ты бы как сказал?».**Циклические наблюдения** за взаимоотношениями, играми детей подготовительной группы.**Решение проблемных ситуаций:** «А ты как бы поступил?», «Поступи по - другому», «Дай совет», «Конфликт» и другие.**Эксперименты** «Нюхаем, пробуем, трогаем, слушаем», «Какие предметы могут плавать, а какие нет», «Подушка из пены», «Есть ли форма у воды?»**Коллекции:** «От вертолета до ракеты), «Модели сезона для куклы».**Моделирование** интерьера комнаты для девочек, костюма для праздника, спорта и отдыха (девочки), «Корабли и пароходы» (мальчики); ситуаций общения девочек и мальчиков (свод правил поведения в группе – создание и оформление альбома).**Дидактические игры** «Бюро добрых услуг», «Интересные модели», «Передай движение», «Передай настроение», «Обнималки», «Кто смешнее засмеется» и другие.**Совместные действия** **мальчиков и девочек** по поддержанию порядка в игровых центрах, по уходу за обитателями живого уголка в уголке природы, по поддержанию порядка на участке**Задания:** подбери эскизы узора для свитера и шапочки (девочке, мальчику), **Совместное с родителями** пополнение центров развития атрибутами для игр (для мальчиков и для девочек).**Подвижные игры** по желанию детей и программные**Хороводные игры****Соревнования** «Дружеский турнир» (команда девочек и мальчиков**Чтение**  рассказов, сказок, стихотворений об именах, о мальчиках и девочек (их взаимоотношениях, интересных делах, увлечениях) и другое.**Разучивание** стихотворений, потешек, пестушек о частях тела, органах чувств, именах и другие.**Обсуждение** поступков детей по отношению друг к другу, литературных («Нехотелка» (русская народная шутка) и мультипликационных героев.**Слушание** музыкальных произведений **и исполнение** песен о дружбе, об игрушках, о животных, об осени**Музыкально – дидактические игры:** «Угадай, чей голос», « На каком инструменте играли» и другие.**Развлечение** «У меня есть друг» (ко дню животных)**Лепка** «Подарки другу (подружке)», «Мое любимое животное», «Миска для кошечки (собачки)», «Угощение для друга» и другое.**Аппликация**  «Шарфик для моей подружки (друга)», «Мы играем на участке» (коллективная), «Мое любимое животное», «Осенний ковер» и другие.**Рисование** «Осьминожки» (техника «ладонь»), «Мое любимое животное», «Осенние листья кружатся и падают», «Картинка про осень», «Я люблю…» и другие. | Разыгрывание небольших сюжетов с атрибутами к играм «Семья», «Магазин», «Автомастерская», «Парикмахерская», «Больница», «Детский сад», «Шофер», «Пароход» и с другими.Действия с игрушками.Экспериментирование с водой: наливание в сосуды, переливание из сосуда в сосуд, опускание в воду разных предметов и другоеРассматривание коллекций: «Виды транспорта», «Сезонная одежда для кукол».Одевание и раздевание кукол (в том числе и плоскостных).Моделирование интерьера комнаты для кукол.Наблюдения за растениями и животными в уголке природы.Рассматривание иллюстраций в книгах.Лепка и рисование в изоцентре.Складывание узоров из шишек, листьев и другого материала.Подпевание песен. | Ролевые атрибуты к играм: «Семья», «Магазин», «Автомастерская», «Парикмахерская», «Больница», «Детский сад», «Шофер», «Пароход» и с другим;Дидактические игры;Игрушки, модели для описания игрушек.Материалы для экспериментирования с водой (таз, прозрачные сосуды разной формы и величины, игрушки и предметы).Коллекции «Виды транспорта», «Сезонная одежда для куклы»Предметы мебели для моделирования комнаты для куклы.Лейки, материалы для ухода за растениями и животными.Видеотека, библиотека.Изобразительные и природные материалы. |
| **3.«Юные защитники****природы»** **Цель**: Формирование позиции юного защитника природы как социально личностного качества дошкольника**Итоговое мероприятие:*****Коллективный экологический проект*** «Этот удивительный мир природы»(*коллаж* «В царстве Берендея»). ***Развлечение*** «Все это называется природа») | **Познавательно – исследовательская****Чтение художественной литературы****Музыкально- художественная****Продуктивная** | **Наблюдения** за сезонными изменениями в природе (признаки осени сравниваем с признаками лета).**Наблюдения** за обитателями живого уголка.**Наблюдения** за птицами на кормушке («Кто прилетел к кормушке?»).**Циклические наблюдения** за деревьями.**Решение проблемных ситуаций:** «Сломили ветку дерева», «Срубили елку», «Забыли полить цветок в живом уголке», «Не накормили черепашку (хомячка, рыб)», «Не насыпали корм птицам на кормушку» и другие.**Эксперименты** «Воздух повсюду», «Каждому камешку свой домик», «Почему все звучит» и другие.**Коллекции:** «Подарки Осени»**Моделирование** «Кто в лесу живет?», «Кто на водоеме живет?», «Кто на дереве живет?», панно и другие.**Моделирование правил** поведения в природе.**Конструирование** «Зоопарк» и другое**Рассматривание** картин, картинок, иллюстраций, открыток, плакатов о природе**Совместные действия** **детей** по наведению порядка на участке, по уходу за обитателями уголка природы.**Задания:** подбери картинки, фотографии, открытки о природе и другие. **Совместное с родителями** изготовление и украшение снежных фигур**Подвижные игры** по желанию детей и программные**Хороводные игры****Чтение**  сказок, рассказов, стихотворений о природе **Разучивание** стихотворений о природе. **Обсуждение** поступков людей, литературных и мультипликационных героев по отношению к природе.**Слушание** музыкальных произведений **и исполнение** песен о природе.**Слушание и обсуждение** аудио диалогов о животных (В.Зотов «Лесная мозаика»).**Музыкально – дидактические игры:** «Угадай животное» и другие.**Развлечение** «Лесной карнавал в царстве Берендея» (Птичий концерт) и другое.**Лепка** «Берендей пригласил зверей», «Запасы на зиму», «Угощение для зверят», «Ежик» «Новогодние шары и гирлянды» и другие.**Аппликация**  «На лесной поляне» (коллективная), «Осень в лесу» и другие.**Рисование** «Пушистые хвостики у зверята» (техника «тычком»), «На лесном карнавале», «Осенний лес», «Деревья», «Пожар в лесу» (монотипия) и другое. | Разыгрывание знакомых сюжетов: «Семья отдыхает на природе», «Овощной и фруктовый магазин», «Детский сад (в детский сад привезли овощи и фрукты), «Юные исследователи», «Юные следопыты»» и другие.Несложные дидактические игры.Разыгрывание сюжетов о подготовке людей и животных к зиме, на теневом экране, с куклами по знакомым сказкам в уголке театрализованной деятельности.Рассматривание картин, картинок, иллюстраций, плакатов, открыток, календарей, коллекций, фотоальбомов, книг и другое.Элементарное экспериментирование с предложенными материалами в уголке экспериментальной деятельности по теме.Моделированиепо теме.Рассматривание книг.Лепка, аппликация, рисование по теме | Атрибуты к сюжетным играм: «Семья отдыхает на природе», «Овощной и фруктовый магазин», «Детский сад (в детский сад привезли овощи и фрукты), «Юные исследователи», «Юные следопыты»» и другие.Дидактические игры.Атрибуты для разыгрывания сюжетов о подготовке людей и животных к зиме, для теневого и кукольного театра.Наглядно – иллюстративный материал: картины, картинки, иллюстрации, плакаты, открытки, календари, коллекции, фотоальбомы, книги и другое.Материалы для экспериментирования, конструирования, моделирования, изобразительной и совместной деятельности. |
| **4.Многоликий Можайск****Цель:** Способствовать формированию у детей знаний о Можайске, (о своем городе, о селе) Поречье. **Итоговое мероприятие:*****Семейно – групповой* праздник «Новый год»*****Проект*** *«*Мастерская Деда Мороза и Снегурочки» | **Чтение художественной литературы****Музыкальная****Продуктивная**  |  **Обсуждение** вопроса «Почему украшают елку» и других **Разучивание** стихотворений о городе, новогоднем празднике, о зиме.**Слушание** музыкальных произведений и песен о зиме, новогоднем празднике, городе.**Исполнение** песен о зиме, новом годе, городе.**Оформление проекта** «Мастерская Деда Мороза и Снегурочки» (открытки, плакаты, газеты, игрушки и другое).**Лепка** «Новогодние игрушки» (мастера «стеклодувного цеха)», «Кто придет к новогодней елке в лесу?», «Подарки для зверюшек», «Угощение на праздник» и другое.**Аппликация:** «Новогодние открытки», «Новогодний плакат» (КТД), «Узор на шубку Снегурке», «Украсим мешок Деду Морозу» и другое.Рисование «Пригласительный билет», «Зимняя картинка», «Наш город»(разные дома –КТД), «Подарки на праздник» и другие. | Зарисовка нашего села; лепка скульптурных экспозиций; дидактические игры «Найди промышленное здание», «Подбери знак», «Расположи театры на карте города и расскажи о них» | Иллюстративно-выставочный материал; художественно-литературные произведения; ТСО: фонд видео слайдов; фильмов или аудио записи; стилизованные карты, схемы, проекты;  |
| **5.«Это улица родная, а на ней наш детский сад»** **Цель:** Формирование представлений о своей улице, о правилах поведения на улице, в городе**Итоговое мероприятие:*****Семейно – групповой проект макета*** «Моя улица родная, а на ней наш детский сад»;***Рождественские колядки*** | **Познавательно- исследовательская****Коммуникация****Игровая****Трудовая****Двигательная****Чтение художественной литературы****Музыкально – художественная****Продуктивная** | **Решение проблемных ситуаций:** «Морозно, а у воробья нет дома», «Пожар на улице», «Снегом все запорошило» и другие.**Эксперименты** «Что шуршит, что гремит»(крупа, бумага, фольга, песок, вода), «Мир меняет цвет» (пластик), «Прятки и поиски» (с фонариком)**Коллекции:** «Подарки зимы»**Моделирование** схемы улицы, на которой расположен детский сад (живут дети) и другие.**Моделирование правил** поведения на улице, игровых ситуаций.**Конструирование** «Моя улица родная» (с использованием предметов - заместителей) и другое**Рассматривание** иллюстраций, книг, альбомов, фотоальбомов, открыток, буклетов; рассматривание схем, карты округа; фотографий, открыток, иллюстраций с изображением достопримечательных мест района;**Дидактические игры: игры –** задачки «Дни недели», «Который час», «Что дальше»,«Рисование с помощью штампиков на снегу», «Ледяной пазл и другие. **Оформление альбома** «Наш любимый округ»;**Просмотр** видео материалов о селе. **Совместные действия** со взрослыми по подготовки к рождественским колядкам, по созданию макета «Моя улица родная. а на ней наш детский сад» **Задания: Совместное с родителями** изготовление объемных фигур для оформления улицы и другое.**Подвижные игры** по желанию детей и программные.**Спортивные игры и забавы** «Весело зимой»**Чтение**  литературных и сказочных произведений о людях, чьими именами названы улицы, о зиме, о зимних забавах, о зимней природе. **Разучивание** стихотворений о зиме, о природе.**Обсуждение** названий улиц.**Слушание** музыкальных произведений **и исполнение** и песен по теме.**Музыкально – дидактические игры:** «Какой инструмент подает звук?», «Угадай песенку» и другие.**Лепка** «Кто плясал под елкой?», «Рождественские угощения», «Снеговики», «Зимние постройки», «Девочка в длинной шубке» и другие.**Аппликация**  «Рождественская открытка», «Маски для колядок» (совместно со взрослыми), «Наша улица родная…» и другие.**Рисование** «Что мне понравилось на новогоднем празднике», «Зимняя картинка», «Рождественская открытка», «Дома на нашей улице», «На нашей улице разный транспорт» и другие. | Конструирование зданий улицы (настоящего и прошлого); рисование, лепка, аппликация, ручной труд на темы «Моя улица», «Зима», «Новый год», «Рождество»; игры (сюжетно-ролевые); рассматриваниеРассматривание иллюстраций, книг, альбомов, фотоальбомов, открыток, буклетов; рассматривание схем, карты округа; фотографий, открыток, иллюстраций с изображением достопримечательных мест района;.;экспериментирование, рассматривание коллекций, моделирование игровых ситуаций | Фотографии, иллюстрации, картинки, альбомы домов, деревьев, транспорта, деятельности людей; конструктор, модели для обыгрывания построек; пополнение демонстрационного и раздаточного материала по теме;Материал и оборудование для экспериментирования;Схемы, карты; художественная литература, атрибуты к сюжетно-ролевым играм, дидактические игры; макетыкрупа, бумага, фольга, песок, вода, пластик. фонарик |
| **6.Экскурсия по местам отдыха** **Цель:** Формирование представлений детей о возможности культурного время препровождения, активного отдыха (организация активного отдыха жителей города)**Итоговые мероприятия:** ***семейно – групповой проект*** «Зимняя сказка» (зимние постройки, зимний отдых, забавы и другое).***Конкурс*** на лучшую зимнюю скульптуру из снега (поделки из снега на участке). | **Игровая****Коммуникативная****Познавательно- исследовательская****Двигательная****Чтение художественной литературы****Музыкально- художественная****Продуктивная** | **Сюжетные игры**: «Семья на отдыхе (на катке, в театре, на лыжной базе и другое)», «Семья отправляется за город» (транспорт, спортивные игры, пикник), «Детский сад» (зимние развлечения), «Поездка на автобусе», «Экскурсия по городу (места отдыха горожан)», «Театр», «Цирк», «Музей» и другие.**Дидактические игры:** «Узнай место», «Подбери картинки к каждому виду спорта», «Кому, что нужно для занятий», **Беседы** «Для чего люди отдыхают?», «Где мы любим отдыхать семьей в выходные дни?», «Зимние развлечения», «Если бы было лето? (места отдыха летом)», «Зимние месяцы (по сюжетным картинкам) и другие.**Ситуативный разговор и речевая ситуация** по теме**.****Отгадывание загадок** о зиме, снеге, зимнем спортивном оборудовании, о животных и другие.**Составление описательных рассказов** о приметах зимы («Найди и опиши приметы зимы)», предметов, необходимых для зимних игр и развлечений, о зимней одежде и другое.**Составление сказок** о транспорте «Грубый троллейбус», «Паровозик из Ромашкова» и другие.**Экскурсии** по местам отдыха горожан (сельчан), по окрестностям детского сада, к саоцио-культурным и спортивным объектам и другое.**Наблюдения** за сезонными изменениями в природе.**Циклические наблюдения** за птицами на кормушке.**Решение проблемных ситуаций:** «Сломались санки (лыжи)», «Больно (попали снежком и другое)», «Не умею стоять на коньках» и другие.**Эксперименты** со снегом, льдом, водой («Свойства снега (льда, воды)», «Ледяное заточение (как освободить игрушки)», «Вода принимает форму» (замерзшие ледяные фигуры) и другое.**Коллекции:** «Зимние скульптуры», «Зимние и летние виды спорта»**,** «Цирковые артисты (профессии)», «Театр» и другое (что может помочь сформировать представление об активном отдыхе).**Моделирование правил** поведения в местах отдыха.**Конструирование** из напольного и настольного конструктора«Театры», «Спортивные базы», «Транспорт», «Здания» («Выставочный зал», «Музей») и другое.**Совместные действия** взрослых и детей по созданию снежных скульптур и их оформлению, по подготовке и проведению зимних развлечений и другое. **Задания: подобрать совместно с родителями** эскизы изготовления и украшения снежных скульптур, подобрать фотографии для фоторепортажа «Мир зимних и летних развлечений» и другое**Подвижные игры** по желанию и программные**Народные и хороводные игры****Спортивные развлечения****Спортивные упражнения** (мальчики, девочки)**Чтение**  художественно – литературных произведений об отдыхе, о вариантах отдыха, о зиме, приоде и другое.**Разучивание** стихотворений о зиме, спорте, личностных качествах спортсменов, артистов и другие.**Обсуждение** возможностей ЗОЖ (на основе образов литературных и мультипликационных героев).**Слушание музыкальных произведений и исполнение песен** о снеге, зиме, зимних и летних развлечениях, **Музыкально – дидактические игры:** «Угадай мелодию» (спортивная, цирковая, театральная и другие) и другие.**Импровизации** по знакомым сюжетам из музыкальных произведений и песен**Лепка** «Скульптуры из глины», «Мячи и кегли для игр», «Спортсмен», «Балерина», «Звери для дрессировщика» и другие.**Аппликация**  «По местам отдыха горожан (сельчан)» (коллективная), «Транспорт города», «Театр (элементы украшения готового здания из бумаги – объемные формы»), «Цирковые артисты» и другие.**Рисование** «Картинка про отдых», «В поход я с собой возьму…», «Транспорт меня доставит до нужного места», «Спорт», «Театр», «Природа» и другое.**Создани**е семейно – группового проекта «Зимняя сказка» | Сюжетные игры по теме.Дидактические игры с несложным сюжетом.Разыгрывание сюжетов по фотографиямРассматривание картин, картинок, иллюстраций о зиме, снеге, зимнем спортивном оборудовании, о зимней одежде, о транспорте, животных, и другие.Сбор материала и рассматривание коллекцийКонстуирование из напольного и настольного конструктора«Театры», «Спортивные базы», «Транспорт», «Здания» («Выставочный зал», «Музей») и другое.Рассматривание книг по теме.Лепка, аппликация, рисование по теме. | Атрибуты для сюжетных игр «Семья на отдыхе (на катке, в театре, на лыжной базе и другое)», «Семья отправляется за город» (транспорт, спортивные игры, пикник), «Детский сад» (зимние развлечения), «Поездка на автобусе», «Экскурсия по городу (места отдыха горожан)», «Театр», «Цирк», «Музей» и другие..Дидактические игры «Узнай место», «Подбери картинки к каждому виду спорта», «Кому, что нужно для занятий», «Подбери декорации к сказкам», «Герои какой сказки?», «Подбери транспорт для поездки» и другие по теме.Фотоальбом, иллюстрации, открытки «Наш город»Картины, картинки, иллюстрации о зиме, снеге, зимнем спортивном оборудовании, о зимней одежде, о транспорте, животных, и другие.Материал для экспериментирования.Коллекции Конструктор напольный и настольный.Материал и оборудование для спортивных упражнений, игр и развлечений.Книги по теме.Музыкальные произведения и песни по теме.Материал для художественно – творческой деятельности. |
| 7.**Защитники земли русской** **Цель:** способствовать развитию у детей представлений о защитниках Родины (от древних богатырей до героев современности). **Итоговое мероприятие:** ***Костюмированное театрализованное представление*** *«Дух Богатырский»* | **Коммуникативная****Познавательно- исследовательская****Трудовая****Двигательная****Чтение художественной литературы****Музыкально- художественная****Продуктивная** | **Ситуативный разговор и речевая ситуация** по теме**.****Отгадывание загадок** о технике, военных доспехах и другое.**Составление описательных рассказов** о технике, Богатырях, военных доспехах и другие.**Составление** рассказов «На героя и слава бежит» (по пословице).**Составление** новой сказки о Богатырях**Дидактические игры:** «Откуда хлеб на стол пришел?», «От ворот поворот» и другие.**Разбор понятий «**ограда», «городить», «огород», «город».**Экскурсии – путешествия** « История великих сражений» (по стилизованной карте). **Наблюдения** за сезонными изменениями в природе**Наблюдения за** действиями людей в сражениях (по видео фильмам, слайдам).**Решение проблемных ситуаций:** «Словом можно убить, словом можно спасти…», «Кто прав» и другие.**Эксперименты**  по теме.**Коллекции:** «Русский флот», «Богатыри», «Солдаты русской Армии» и другое.**Моделирование** стилизованной карты «История великих сражений» и другое.**Моделирование правил** поведения воина (личностные качества).**Конструирование** «Флот Российский», «Эскадрилья», «Крепость» и другое **Совместные действия** по подбору и изготовлению материала для стилизованной карты, коллекций и другое. **Задания:** совместно с родителями изготовление и ремонт игрушек и предметов в мастерской «Самоделкино».**Подвижные игры** (спортивные, туристические, эстафетные, военно – прикладные)программные и по желанию.**Игровые упражнения** на формирование физических и волевых качеств.**Русские народные игры.****Спортивные развлечения.****Чтение**  литературно – художественных произведений (рассказы «Храбрый утенок» Б.Житков, «Умей обождать» К.Ушинский, из книги «Моя страна Россия» Н.Ф. Виноградовой) ми другие.**Разучивание** стихотворений по теме.**Обсуждение** поступков литературных и мультипликационных героев по видео фильмам и слайдам.**Слушание** музыкальных произведений **и исполнение** песен по теме.Музыкальное развлечение «Славится земля русская богатырями своими». **Лепка** «Солдат», «Боевая техника», «Богатырский конь» и другое.**Аппликация**  «Украсим доспехи», «Военные корабли», «Самолеты на рейде» и другое.**Рисование** «Картинка о сражении», «Русский солдат», «Военные корабли», «Самолеты на рейде», «На право пойдешь …» и другое. **Мастерская «Самоделкино**» ремонт и изготовление игрушек и предметов. | Сюжетные игры по теме.Дидактические игры с несложным сюжетом.Разыгрывание сюжетов о Богатырях.Рассматривание картин, картинок, иллюстрацийпо теме.Сбор материала и рассматривание коллекцийКонстуирование из напольного и настольного конструкторапо теме.Рассматривание книг по теме.Лепка, аппликация, рисование по теме. | Атрибуты для сюжетных игр «Три Богатыря (по былине)», «В некотором царстве, в сказочном государстве», «Русский флот», и другие.Дидактические игры «Подбери Богатырю доспехи», «Что кому нужно», «Четвертый лишний», «Подбери оружие», «Русская флотилия», «Парашютисты», «Сложи картинку», «Найди предмет по описанию» и другие.Фотоальбом, иллюстрации, открытки «Защитники земли русской»Материал для экспериментирования.Коллекции Конструктор напольный и настольный.Материалы для создания стилизованной карты.Материал и оборудование для спортивных упражнений, игр и развлечений.Книги по теме.Музыкальные произведения и песни по теме.Материал для художественно – творческой деятельности. |
| **8.«В горнице моей…»** **Цель:** Содействие приобщению дошкольников к истокам русской народной культуры**Итоговое мероприятие:** *семейно – групповой проект «Ярмарка широкая»* | **Игровая****Коммуникативная****Познавательно- исследовательская****Трудовая****Двигательная** **Коммуникативная****Музыкально- художественная****Продуктивная** | **Сюжетные игры**: «Семья» (В гости к Домовенку Кузи – русская народная изба, русская народная одежда, мебель, предметы быта), «Детский сад» (Пасха), «Путешествие на транспорте» (внимательный водитель), «Магазин» («продукты» и «сувенирная лавка») и другие.**Дидактические игры:** «Домовенок Кузя спрятался в избе» (по схеме, плану)«Что перепутал художник?», «Чего не стало?», «Хозяйкины помощники» (предметы быта)«Собери куклу на праздник», «Оденем куклу на прогулку» и другие.**Театрализованная игра: «**Посиделки» (с использованием русского народного фольклора).**Театр Петрушки** «Сказки старой избы» и другое.**Рассказ** взрослых о старинных обычаях встречи весны, о глиняной свистульке и другие.**Беседы** о весне (по пословицам и поговоркам), о мебели, предметах быта из «Русской избы»(из прошлого посуды,. одежды, мебели). **Ситуативный разговор и речевая ситуация** по теме (Знакомство с предметами русского быта, описание предметов, действия с ними и другое)**.****Отгадывание загадок** «Кто спрятался?» **(**отгадывание загадок о домашних животных, о весне, воде, солнце)) **Составление описательных рассказов** о русском костюме, русских народных музыкальных инструментах (по мнемотаблицам).**Пересказ** сказки «Зимовье зверей».**Дидактические игры** «Как вести себя в гостях», «Слова приветствия (благодарности, прощания и другие)», «Расскажи о Домовенке Кузе» и другие.**Экскурсия на огород** «Во саду ли, в огороде» (подготовка грядок, посадка семян, полив), по окрестностям детского сада («Приметы весны»).**Наблюдения** за трудом взрослых и старших детей на огороде.**Наблюдения** за сезонными изменениями в природе.**Наблюдения** за птицами и другими живыми существами.**Циклические наблюдения** за всходами на грядке и в ящиках с рассадой.**Решение проблемных ситуаций:** «Злой волшебник заколдовал всходы», «Нет леек», «Мало скворечников», «Из крана течет вода», «Упал в лужу» и другие.**Эксперименты** «Волшебное сито» (способ отделения камешков от песка, мелкой крупы от крупной), «Что растворяется в воде?» и другие.**Коллекции:** «Камни», «Вещества» и другое..**Моделирование лоскутного одеяла.****Конструирование** «Изба», «Мебель», «Терема», «Мосты», «Машины и телеги» и другое**Совместные действия** со взрослыми по подготовке атрибутов для игр, для театрализованной деятельности, по сбору коллекций, по поиску иллюстраций и картинок старинного русского быта, костюма, обихода и другое. **Задания: Совместное с родителями** подготовка мини – проекта для участия в итоговом мероприятии, изготовление и украшение пасхальных яиц (из разных материалов), скворечников (ко дню Земли), подготовка грядок (для посадки) на огороде, выращивание рассады и другое.**Подвижные игры** программные и по желанию детей.**Народные и хороводные игры** «Люб ли сосед, люба ли соседушка», «Коршун», .**Спортивное развлечение** «Добры молодцы да красны девицы»**Чтение**  **и рассказывание сказок** «Гуси - лебеди», «Золотое веретено», «Лисичка со скалочкой», «Петушок – золотой гребешок», «Лиса и козел», «Заюшкина избушка», «Лисичка- сестричка и серый волк», «Крошечка - Ховрошечка»и других.**Разучивание** потешек «Ай, тари, тари, тари, «Наш козел», про корову и бычка, «Бычок – резвые ножки», заклички о весне, дразнилки, скороговорки, небылицы, перевертыши (потешный фольклор)**Обсуждение** повадок сказочных героев **Слушание** народных инструментов**,** музыкальных произведений **и исполнение** народных песен, частушек. колыбельных **«Ходит сон близ окон»** (колыбельные) и других**.****Музыкально – дидактические игры:** «Угадай по звуку?», «Кто позвал?», «Угадай мелодию», «Собери из частей целое (народные инструменты)», «Оркестр» и другие.**Знакомство с народными инструментами:** гусли**,** ложки, балалайка, мандалина, свистулька и другие.**Инсценирование** песен.**Игровой досуг** «Скучен день до вечера, коли делать нечего»**Ряженье** «Чудесный сундучок»**Лепка** «Жаворонок» (рельеф), «Куличики», «Жаворонки», «Яйца - гремучки», «Бирюльки», «Дымковские шары - гремучки», «Крендельки», «Птички» и другие.**Аппликация**  «Аппликация изготовых шаблонов» (найди фигуре место на общей картинке»- коллективная), «»Орнамент на полосе, «Игрушки для Домовенка Кузи», «Украсим косоворотку Домовенку Кузи» и другие.**Рисование** «Агашка» (роспись одним пальцем), «Открытки о весне» (кляксопись, «Шкатулка для секретиков», «Птицы» (по шаблону), «Яйца- крапанки, драпанки» и другое.**Ярмарка широкая** с участием Скоморохов, Петрушек.Посиделки с использованием русского фольклора.**Сменные выставки** поделок русских умельцевМастерская по изготовлению поделок для участия в Ярмарке -широкой. | Игровые действия в русской избе у Домовенка Кузи(или в уголке народной культуры) с предметами русской утвари и одежды; Игры в уголке ряженьяИгры с ПетрушкойДействия с музыкальными инструментами, предметами народного быта, персонажами для театральных постановок.Действия с материалами для эксперитментирования.Дидактические игры с несложными правилами.Рассматривание иллюстраций, книг, картин, картинок, фотографий по теме (рассказывание по ним)Рассматривание творческих работ мастеров на выставкеЛепка, аппликация и рисованиепо теме в уголке по изодеятельности.Работа над поделкой в Мастерской.Рассматривание народных инструментов и другое. | Русские народные костюмы. Музыкальные инструменты.Игрушки: Петрушки, скоморохи.Иллюстрации «Наши праздники»Аудиозаписи русских народных песен, закличек.Просмотр семейного архива «Праздники в семье», видеофонда «Семейные праздники»ТСО: аудиозаписи и видеотекаМатериал и оборудование для игровой, продуктивной, познавательно – исследовательской (совки, сита, ведерки, миски, крупа, песок, камешки; различные вещества для растворения в воде, стаканы с чистой водой, ложки или палочки, подносы. картинки с изображением представленных веществ)и другой деятельности. |
| **9. Я- Поречанин»****Цель:** Синтезировать представления детей о селе, его людях и приблизить к пониманию статуса жителя определенной местности села Поречья).**Итоговое мероприятие:*****Семейно – групповой проект:*** «Игра – путешествие по родному селу» (с использованием стилизованной карты) ***Спортивное развлечение*** «Сильные, смелые, ловкие люди нужны селу» | **Игровая****Коммуникативная****Познавательно- исследовательская****Трудовая****Двигательная****Коммуникативная****Продуктивная** | **Сюжетные игры**: «Семья (на работе, на отдыхе, поход в театр, в гости, в цирк и другое)», «Туристическое бюро», «Транспорт на улицах города» (виды, ПДД), «Магазин» («молочный», «кондитерский», «хлебный» и другие отделы, «Парикмахерская» («мужской», «женский», «маникюрный» залы, «Ателье» (пошив и реставрация одежды), «Больница» (стационар, поликлиника) и другие); **Дидактические игры**: «Маршрутный лист (путешествие по Поречью и его окрестностям)», «Сельскохозяйственный транспорт (выбрать из разных видов транспорта)», «Машины - помощницы», «Найди отличия (город, село)», «Вычислительная машина», «Выращивание дерева», «Фабрика», «Что лишнее», игры с обручами, «Настроение» и другое.**Театрализованная игра** по сюжетным фотографиям из семейных фотоальбомов («На работе», «В транспорте», «На отдыхе» и другое).**Беседы** о городе (его достопримечательных местах, транспорте, зданиях, природе, людях), о весне (признаках времени года, жизни объектов живой природы) и другое**Рассматривание и сравнение** города и села**Ситуативный разговор и речевая ситуация** по теме**.**.**Составление творческих рассказов** о временах года, запахах и звуках, на тему:«Весна» и других**Составление описательных рассказов** «Транспорт села», «Здания села» и другое. **Конкурс чтецов** стихотворений о селе, о весне.**Экскурсия** по селу (выездная с родителями и по стилизованным картам)**Экскурсия** по окрестностям детского сада.**Наблюдения** за сезонными изменениями в природе, за трудом и отдыхом людей в городе и другие.**Решение проблемных ситуаций:** «Одинаковые дома, можно заблудиться », «Дорожные знаки – труд шофера», «Если случилась беда», «Что делать если потерялся» и другие.**Экспериментирование с семенами** (посев семян в разную почву, где быстрее прорастут), «Угадайка» (зависимость веса предмета от материала)**Коллекционирование: «**Здания села», «Транспорт города и села» (марки, открытки, фотографии, иллюстрации, магниты, игрушки, наклейки мини скульптуры) и другое.**Моделирование**  стилизованной карты зданий и транспорта города и села.**Игры – путешествия: «**По селу» (с использованием стилизованной карты) и другие.**Рассматривание** картин, иллюстраций, фотографий, картинок, видео фильмов, карты города и другое.**Рассматривание** предметов быта (мебель, посуда, бытовые предметы) и другое.**Совместные действия детей** по изготовлению стилизованной карты «Наше село» (девочки – здания и украшения для села с мамами, мальчики –транспорт, мосты, архитектурные памятники с папами).**Дежурства** по столовой, по уголку природы, по подготовке материала для совместной деятельности.**Индивидуальные и групповые поручения по теме.****Задания:** подбор и изготовление материала и информации для создания стилизованной карты «Наше село» **Подвижные игры** (по желанию детей и программные)**Хороводные игры** **Спортивные упражнения** **Спортивное развлечение** «Сильные, смелые, ловкие люди нужны селу».**День здоровья****Чтение литературно- художественных** произведений писателей и поэтов Можайска.**Разучивание** стихотворений о городе, природе и другие.**Лепка** «Скульптура» (по открыткам и фотографиям знакомых скульптур города «Любочка», «Васильевич» и другие), «Украшения для города» (лавочки, клумбы и другое), «Мосты», «Овощи и фрукты для магазинов» и другое.**Аппликация** «Здания города» (коллективная), «Транспорт» (коллективная), «Цветы на клумбах», «Салют на день Победы» и другое.**Рисование** «Здания села» (коллективная), «Транспорт на улицах села» (коллективная), «Высадим цветы на клумбы», «Салют на день Победы», «Картинка о том, что было самым интересным в этом месяце» и другое | Разыгрывание знакомых сюжетов с атрибутами.Дидактические игрыс несложными сюжетами.Разыгрывание несложных знакомых сюжетов по фотографиям, открыткам, с объемными фигурками (вокзалы города)Рассматривание фотографий, открыток, плакатов, картинок, картин, иллюстраций и другого наглядно – иллюстративного материала по теме.Действия с моделями «Город», «Село».Моделирование стилизованной карты «Село Поречье».Рассматривание коллекций, карт по теме.Лепка, аппликация, рисование, художественный труд в уголке творческой деятельностипо теме.Действия с предметами на стилизованной карте «село», рассказывание о своих действиях. | Атрибуты к играм и театрализованной деятельности.Дидактические игры.Фотографии, открытки, плакаты, картинки. картины, иллюстрации и другой наглядно – иллюстративный материал по теме.Материал и оборудование для экспериментирования: предметы одинаковой формы и размера из разных материалов: дерева, металла, поролона, пластмассы, емкости с водой и песком, шарики из разного материала одинакового цвета, сенсорный ящик, коробочки с разной почвой, семена растенийМодели «Город», «Село».Стилизованная карта «Город».Коллекции, видео фильмы, карты по теме.Материалы для изобразительной, музыкальной деятельности, художественного труда. |

.

**11. Работа с родителями.**

В соответствии с законом РФ «Об образовании» родители являются не только равноправными, но равноответственными участниками образовательного процесса.

Семья – социальный микромир, отражающий в себе всю совокупность общественных отношений: к труду, событиям внутренней и международной жизни, культуре, друг к другу, порядку в доме, семейному бюджету и хозяйству, книге, соседям, друзьям, природе и животным. Семья – первичный коллектив, который дает человеку представление о жизненных целях и ценностей. В семье ребенок получает первые практические навыки применения этих взаимоотношениях с другими людьми, усваивает нормы, которые регулируют поведение в различных ситуациях повседневного общения. В процесс семейного воспитания у детей вырабатываются привычки поведения и критерии оценки добра и зла, допустимого и порицаемого, справедливого и несправедливого.

|  |
| --- |
| **План взаимодействия с родителями на 2016 / 2017 уч.год.** |
|  |  |  |
| **Сентябрь**  | 1. Организационное родительское собрание «Что должен знать ребёнок 5 – 7 лет». | Знакомство родителей с требованиями программы воспитания в детском саду детей 5 – 7 лет. |
|  | 2. Беседа с родителями «Одежда детей в разные сезоны». | Дать понятие о том, что кутать ребенка вредно  |
|  | 3. Консультация «Всё о развитии детской речи». | Психолога – педагогическое просвещение родителей по вопросам речевого развития ребёнка. |
|  | 4.Папка-передвижка для родителей «Мы работаем по ФГОС». | Познакомить с новым направлением в ДОУ |
|  | 5. Анкетирование родителей. Тема: «Какой вы родитель?». | Повышение педагогической культуры родителей |
| **Октябрь** | 1. Консультация «Игра, как средство воспитания дошкольников». | Распространение педагогических знаний среди родителей, теоретическая помощь родителям в вопросах воспитания детей. |
|  | 2. Педагогический всеобуч «Что надо знать о своём ребёнке». | Анализ информации о воспитанниках и их семьях. Совершенствование психолого-педагогических знаний родителей. |
|  | 3. Анкетирование родителей. Тема: «Знаете ли вы своего ребёнка?». | Активизация родителей в работу группы детского сада, развитие позитивных взаимоотношений работников дошкольного учреждения и родителей. |
|  | 4. Коллаж для родителей «Произведения К.И Чуковского» Рисунки родителей и детей. | Привлекать к совместной деятельности родителей и детей |
| **Ноябрь** | 1. Консультация «Как провести выходной день с ребёнком?». | Предложить разные варианты совместного отдыха |
|  | 2 Оформление фотоальбома «Семьи наших воспитанников». |  |
|  | 3.Папка-передвижка для родителей. Тема: «Помогите детям запомнить правила пожарной безопасности». | Объединение усилий педагогов и родителей по приобщению детей к основам пожарной безопасности. |
|  | 4. Выставка детских работ «Чтобы не было пожара, чтобы не было беды». | Знакомство родителей с методикой ознакомления дошкольников с правилами пожарной безопасности. |
| **Декабрь** | 1. Консультация «Грипп. Меры профилактик. Симптомы данного заболевания».  | Ознакомление родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада. |
|  | 2. Родительское собрание. Тема: «Здоровый образ жизни. Советы доброго доктора». | Ознакомление родителей с задачами по сохранению и укреплению здоровья детей. |
|  | 3. Тестирование родителей. Тема: «Состояние здоровья вашего ребёнка». |  |
|  | 4. Памятка для родителей «Как отвечать на детские вопросы?». | Повышение педагогической культуры родителей |
|  | 5. Трудовой десант пошив костюмов для детей к Новому году | Создание условий для Осознания родителями необходимости совместной работы детского сада и семьи |
| **Январь** | 1. Консультация «Самостоятельность ребёнка. Её границы». | Повышение педагогической культуры родителей. |
|  | 2. Памятка для родителей. Тема: «Приглашаем к сотрудничеству».3. Педагогический всеобуч «Что делать с гиперактивным ребенком».4. Памятка для родителей. Тема: «Чаще говорите детям». | Совершенствование психолого-педагогических знаний родителей. |
| **Февраль** | 1. Выставка детских рисунков, тема: «Мой папа». | Выявление и анализ информации о том, какую роль в воспитании детей занимают папы и дедушки. |
|  | 2. Анкетирование Отцов и дедушек, тема: «Каковы вы мужчины?». | Активизация родителей в работу группы по проведению тематической выставки совместных поделок родителей и детей. |
|  | 3. Беседа «Возможные формы совместного отдыха родителей и детей». | Распространение педагогических знаний среди родителей, практическая помощь родителям в воспитании детей. |
|  | 4. Выставка рисунков «Папа, мама, я – очень дружная семья». | Выявление волнующих вопросов у родителей по теме «мама, папа, я – очень дружная семья». |
| **Март** | 1.Творческие работы детей к 8 марта «Мама, моё солнышко».  | Демонстрация творческих способностей детей, сформировавшихся умений и навыков. |
|  | 2. Плакат для родителей «Дорога не терпит шалости – наказывает без жалости!». 3. Выставка детских работ «Мы едим, едим, едим».  | Реализация единого воспитательного подхода по обучению детей правилам дорожного движения в детском саду и дома. |
|  | 4. Памятка для родителей «Безопасные шаги на пути к безопасности на дороге». | Повышение педагогической культуры родителей. |
|  | 5. Тематическая выставка «Внимание улица!» книги, дидактические пособия, игры. | Знакомство с требованиями программы воспитания и обучения в детском саду по правилам дорожного движения разработка методического обеспечения. |
| **Апрель** | 1. Беседа «Детский рисунок – ключ к внутреннему миру ребенка». | Выявление волнующих вопросов у родителей по теме «развитие творческих способностей у детей». |
|  | 2. Памятка для родителей «Как измерить талант?». | Знакомство родителей с задачами программы воспитания и обучения в детском саду по теме «изобразительная деятельность ребенка в дошкольном учреждении». |
|  | 3. Педагогический всеобуч «Музыка и дети». | Активизация педагогических знаний родителей. Демонстрация сформированных умений и навыков, знаний детей, развитие взаимодействия детей, родителей и работников ДОУ. |
| **Май** | 1. Итоговое родительское собрание по теме: «Растём, играя» с просмотром открытого НОД по математики для родителей. | Распространение педагогических знаний среди родителей, теоретическая помощь родителям в вопросах воспитания детей. |
|  | 2.Трудовой десант. Участие родителей в благоустройстве группы. |  |

**Содержание направлений работы с семьей**

**по образовательным областям.**

**Физическое развитие.**

Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка. Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка. Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов. Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддер­живать семью в их реализации.

**Социально-коммуникативное развитие.**

Показывать родителям значение развития экологического сознания как условия всеобщей выживаемости природы, семьи, отельного человека, всего человечества. Знакомить родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями, возникающими дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема, 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, на качелях, на горке, в песочнице, во время катания на велосипеде, во время отдыха у водоема и т.д.). Рассказывать 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 свои фамилию и имя; при необходимости - фамилию, имя и отчество родителей, адрес и телефон; при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи -«01», «02» и «03» и т. д.). Привлекать родителей к активному отдыху с детьми, расширяющему границы жизни дошкольников и формирующему навыки безопасного поведения во время отдыха. Помогать родителям планировать выходные дни с детьми, обдумывая проблемные ситуации, стимулирующие формирование моделей позитивного поведения в разных жизненных ситуациях. Подчеркивать роль взрослого в формировании поведения ребенка. Побуждать родителей на личном примере демонстрировать детям соблюдение правил безопасного поведения на дорогах, бережное отношение к природе и т.д. Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов. Знакомить родителей с формами работы дошкольного учреждения по проблеме безопасности детей дошкольного возраста.

Знакомить родителей с достижениями и трудностями общественного воспитания в детском саду. Показывать родителям значение матери, отца, а также дедушек и бабушек, воспитателей, детей (сверстников, младших и старших детей) в развитии взаимодействия ребенка с социумом, понимания социальных норм поведения. Подчеркивать ценность каждого ребенка для общества вне зависимости от его индивидуальных особенностей и этнической принадлежности. Заинтересовывать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение тендерного поведения. Помогать родителям осознавать негативные последствия деструктивного общения в семье, исключающего родных для ребенка людей из контекста развития. Создавать у родителей мотивацию к сохранению семейных традиций и зарождению новых. Поддерживать семью в выстраивании взаимодействия ребенка 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.

**Художественно-эстетическое развитие.**

На примере лучших образцов семейного воспитания показывать 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: занятиям 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 ребенка на прогулках и экскурсиях; показы­вать ценность общения по поводу увиденного и др. Организовывать семейные посещения музея изобразительных искусств, выставочных залов, детской художественной галереи, мастерских художников и скульпторов.

Изучать традиции трудового воспитания, сложившиеся и развивающиеся в семьях воспитанников. Знакомить родителей с возможностями трудового воспитания в семье и детском саду; показывать необходимость навыков самообслуживания, помощи взрослым, наличия у ребенка 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, показывать его результаты, обращать внимание на отношение членов семьи к труду. Развивать у родителей интерес к совместным с детьми проектам по изучению трудовых традиций, сложившихся в семье, а также родном селе. 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 ребенком чтение литературы, посвященной 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 и научно-обоснованные принципы и нормативы.

**Познавательное развитие.**

Обращать внимание родителей на возможности интеллектуального развития ребенка в семье и детском саду. Ориентировать родителей на развитие у ребенка потребности к познанию, общению со взрослыми и сверстниками. Обращать их внимание на ценность детских вопросов. Побуждать находить на них ответы посредством совместных с ребенком 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.). Совместно с родителями планировать, а также предлагать готовые маршруты выходного дня к историческим, памятным местам, местам отдыха горожан (сельчан). Привлекать родителей к совместной с детьми исследовательской, проектной и продуктивной деятельности в детском саду и дома, способствующей возникновению познавательной активности. Проводить совместные с семьей конкурсы, игры-викторины.

**Речевое развитие.**

 Изучать особенности общения взрослых с детьми в семье. Обращать внимание родителей на возможности развития коммуникативной сферы ребенка в семье и детском саду. Рекомендовать родителям использовать каждую возможность для общения с ребенком, поводом для которого могут стать любые события и связанные с ними эмоциональные состояния, достижения и трудности ребенка в развитии взаимодействия с миром и др. Показывать родителям ценность диалогического общения с ребенком, открывающего возможность для познания окружающего мира, обмена информацией и эмоциями. Развивать у родителей навыки общения, используя семейные ассамблеи, коммуникативные тренинги и другие формы взаимодействия. Показывать значение доброго, теплого общения с ребенком, не допускающего грубости; демонстрировать ценность и уместность как делового, так и эмоционального общения. Побуждать родителей помогать ребенку устанавливать взаимоотношения со сверстниками, младшими детьми; подсказывать, как легче решить конфликтную (спорную) ситуацию. Привлекать родителей к разнообразному по содержанию и формам сотрудничеству (участию в деятельности семейных и родительских клубов, ведению семейных календарей, подготовке концертных номеров (родители-ребенок) для родительских собраний, досугов детей), способствующему развитию свободного общения взрослых с детьми в соответствии с познавательными потребностями дошкольников.

Показывать родителям ценность домашнего чтения, выступающего способом развития пассивного и активного словаря ребенка, словесного творчества. Рекомендовать родителям произведения, определяющие круг семейного чтения в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями ребенка. Показывать методы и приемы ознакомления ребенка с художественной литературой. Обращать внимание родителей на возможность развития интереса ребенка 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 ребенка. Совместно с родителями проводить конкурсы, литературные гостиные и викторины, театральные мастерские, встречи с писателями, поэтами, работниками детской библиотеки, направленные на активное познание детьми литературного наследия. Поддерживать контакты семьи с детской библиотекой. Привлекать родителей к проектной деятельности.

**12. Учебно-методическое обеспечение**

 1. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М.А. Васильевой в соответствии с ФГОС.; 2015г.

 2.Комплексные занятия. По программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. Подг.гр./ авт.-сост. Н.В. Лободина. – Волгоград: Учитель, 2012 – 415с.

 3.Бондаренко Т.М.Экологические занятия с детьми 5-6 лет Воронеж 2006

 4Дыбина О.В.Занятия по ознакомлению с окружающим миром М 2007

 5. Лыкова И.А. Изобразительная деятельность в детском саду» старшая -подготовительная группы М.: ТЦ Сфера, 2015г.

 6.Гербова В.В. Занятия по развитию речи в старшей группе детского сада / В.В. Гербова – М. :Просвещение. 2014

 7.Гульянц Э.К. Что можно сделать из природного материала / Э.К.Гульянц, И.Я.Базилик – М.: Просвещение, 2003.

 8. Кылосова Л.Е. Развитие речи Конспекты занятий с детьми старшего возраста Волгоград 2007

 9.Ушакова О.С. Знакомим с литературой детей 5-7 лет, М 2009

 10.Орлов Ю.Б. Правила дорожного движения: учеб. Пособие/ М., 2013г.

 11.Кравченко И.В. Прогулки в детском саду ст-подг гр. М-2008

 12.Родная природа: стихи русских поэтов – М.:Детская литература, 1971

 13.Алёшина Н.В. Ознакомление дошкольников с окружающим и соц.действительностью М-2006

 14.Перспективное планирование. По программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой/ авт.-сост. И.А.Осина, Е.В.Горюнова – Волгоград:

Учитель, 2015 – 169с.

 15.Л.В.Куцакова. «Нравственно-трудовое воспитание в д/с» Изд. Мозаика – Синтез Москва 2007г.

 16.Т.М.Бондаренко «Экологические занятия с детьми 6-7лет» Т.Ц. «Учитель» 2004г.

 17.О.В.Дыбина «Неизведанное рядом» Москва 2005г.

 18.В.П.Новикова «Математика в детском саду» Мозаика – Синтез 2006г.

 19.Е.Топалова «Развивающие игры от 3 до 7 лет» Москва 2008г

 20. Затулина Т.А. «Конспекты комплексных занятий по развитию речи подг. группа» Москва 2007г.

 21.Малышева А.Н. Ермолаева Н.В. «Аппликация в детском саду» 2002г.

 22Куцакова Л.В. «»Занятия по конструированию из строительного материала в подг. гр.» Москва 2006г.

 23.Максаков А.И. «Правильно ли говорит ваш ребёнок» Москва 2006г.

 24.Соломенникова О.А. «Радость творчества» Москва 2006г

 25.МаксаковА.И. «Учите, играя» Москва 2006г.

 26.Колесников Е.В. «Математика для дошкольников 6-7лет» Москва 2001г.

 27.Авдеева Н.Н. «Безопасность» «Детство-Пресс» 2014г.

 28.Шорыгина Т.А. «Осторожные сказки» Книголюб 2014г.

 29. Варенцова Н.С. «Обучение дошкольников грамоте» Изд. «Мозаика-Синтез» 2012г

 30.Гербова В.В. «Занятия по развитию речи» Изд. «Мозаика-Синтез» 2012

 31Швайко Г.С. Занятия по ИЗО в детском саду в ст, подг.гр.

 32.Н.Н.Совгир И.З.Куликова Детское экспериментирование М 2005

 33А.А.Грибовская Юмор в изобразительном творчестве М-2007

 34 Т.С.Комарова Детское художественное творчество М-2005

 35. И.В.Новикова Конструирование из бумаги в детском саду Ярославль 2008

 36. Н.Ю. Есаулова Конспекты занятий по красноречию М-2007

 37.Г.М.Блинова. Познавательное развитие детей 5-7 м 2014г.

 38.Т.И.Петрова. Л.Е.Сергеева Е.С.Петрова Подготовка в проведении театрализованных игр в детском саду М-2013

 39.Н.В.Сорокина Играем в кукольный театр М-2004

 40.Л.В.Артёмова Театрализованные игры дошкольников М-2012

 41.Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду, М-2009

**Приложения**

**Комплексы утренней гимнастики**

**Годовые задачи:**

1. Настроить, “зарядить” организм ребенка на весь предстоящий день

2. Формировать правильную осанку и воспитывать умение сохранять ее в различных видах деятельности.

3. Содействовать профилактике плоскостопия.

4. Формировать потребность в ежедневной двигательной активности.

5. Упражнять детей в статистическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

6. Профилактика простудных заболеваний и травматизма.

7. Сохранять и укреплять здоровье детей, костно-мышечную, дыхательную системы

8. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту.

Все упражнения выполняются 5-7 раз, прыжки повторяются 2-3 раза.

**Сентябрь 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба «Великаны» и «Гномы», лёгкий бег, ходьба.

**II. Упражнения с мячом**

**• «Подбрось-поймай»**

И. П.: ноги слегка расставлены, мяч у груди, хват снизу

1- подбросить мяч, 2- и. п.

**• «Покажи соседу»**

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч в прямых руках перед грудью

1- поворот вправо, показали мяч соседу, 2- и. п., то же влево

**• «Наклоны»**

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч над головой, в прямых руках

1- наклон вправо, 2- и.п.,

3- наклон влево, 4 - и. п.

**• «Переложи мяч»**

И. П.: ноги слегка расставлены, мяч внизу, в правой руке

1- поднять руки через стороны вверх, переложить мяч из правой руки в левую, 2- и. п., то же в другую сторону

**• «Приседания с мячом»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, мяч у груди

1 - присесть, вынести мяч вперёд, 2- и. п.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, мяч у груди

В: прыжки – ноги врозь, мяч вверх, ноги вместе, мяч у груди

**III. Перестроение в колонну по одному,** подскоки, ходьба.

**Сентябрь 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба в колонне по одному на носках, руки за головой, на пятках, руки за спину, лёгкий бег, ходьба.

**II. Упражнения без предметов**

**• «Хлопок вверху»**

И. П.: ноги слегка расставлены, руки внизу

1- руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, 2- и. п.

**• «Качаем головой»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе

1- наклон головы вправо, 2- и. п., 3 – наклон влево, 4 – и.п.

**• «Наклонись вперёд»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1- наклон вперёд, руками коснуться носочков, 2- и.п.

**• «Маятник»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1- наклон вправо, 2- наклон влево

**• «Приседания»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, руки на поясе

1 - присесть, руки вперёд, 2- и. п.

**• «Прыжки-звёздочки»**

И. П.: ноги вместе, руки внизу

1 – ноги врозь, руки вверх, 2- и.п.

**III. Перестроение в колонну по одному,** лёгкий бег, ходьба.

**Сентябрь 3 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному, огибая предметы, поставленные по углам зала, боковой галоп с правой ноги.

**II. Упражнения с платочками**

**• «Покажи платочек»**

И. П.: ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках у груди.

 1- выпрямить руки, показать платочек, 2- и. п.

**• «Помаши платочком»**

И. П.: ноги на ширине плеч, платочек в правой руке, опущен вниз

1- руки вверх, переложить платок из прав. руки в левую, помахать им;

2-и. п. То же в другую сторону.

**• «Переложи платок»**

И. П.: ноги на ш. п., руки внизу, платочек в правой руке.

1- наклон вправо, рука с платочком прямая в сторону,

2- и. п., переложить платочек за спиной из правой руки в левую.

То же в другую сторону.

**• «Положи платочек»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, платочек внизу

1- сесть, положить платочек на пол, 2- и. п., руки на пояс,

3- сесть, взять платочек, 4- и. п.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, платочек внизу. Прыжки с платочком.

 **III. Перестроение в колонну** по одному, ходьба и бег со сменой ведущего, проверка осанки.

**Сентябрь 4 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному, ходьба на носках, на пятках с разным положение рук.

**II. Упражнения без предметов**

**• «Поклонись головой»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе

1- наклон головы вперёд, 2- и. п., 3 – наклон назад, 4 – и.п.

**• «Рывки руками»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки перед грудью, согнуты в локтях

1- рывок руками перед грудью,

2- поворот вправо, прямые руки развести в стороны, то же влево.

**• «Повороты»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1- поворот вправо, правую руку за спину, левую – на правое плечо,

 2- и.п., то же в левую сторону.

**• «Наклоны - скручивания»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1- наклон вправо, левая рука над головой тянется вправо, правая - за спиной тянется влево, 2 – и.п., то же в левую сторону.

**• «Стойкий оловянный солдатик»**

И. П.: стоя на коленях, руки прижаты к туловищу

1 - отклониться назад, задержаться, 2- и. п.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе

В: на счёт 1 – 8 прыжки на двух ногах на месте.

**III. Перестроение в колонну по одному,** лёгкий бег, ходьба.

**Октябрь 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя.

**II. Упражнения с палкой**

**• «Палку вверх»**

И. П.: основная стойка, палка внизу.

1- поднять палку на грудь; 2 – палку вверх; 3 – палку на грудь; 4 – и.п.

**• «Наклоны вниз».**

И. П.: стойка ноги врозь, палка внизу

1 – палку вверх; 2 – наклон к правой ноге;

3 – выпрямиться, палку вверх; 4 – и.п.

То же к левой ноге.

**• «Приседания»**

И. П.: основная стойка, палка на плечах

1- 2 – присесть медленным движением, спину и голову держать прямо;

3 – 4- и.п.

**• «Лёжа на животе»**

И.П.: лёжа на животе, палка в согнутых руках перед собой.

1 – прогнуться, палку вперёд – вверх; 2 – вернуться в и.п.

**• «Прыжки»**

И. П.: основная стойка, палка хватом сверху шире плеч внизу.

1 – прыжком ноги врозь, палку вверх;

2 – прыжком ноги вместе. На счёт 1-8.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба в колонне по одному.

**Октябрь 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному с изменением направления.

**II. Упражнения «Путешествие по морю - океану»**

**• «Где корабль?»**

И. П.: основная стойка, руки на поясе

1- поворот головы вправо, приставить руку «козырьком» ко лбу,

2- и. п., то же в другую сторону.

**• «Багаж»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки опущены вниз, 1- кисти рук сжать в кулаки, 2 - обе руки с усилием поднять в стороны, 3 – опустить руки вниз, 4 – и.п..

**• «Мачта»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1- поворот вправо, правую руку за спину, левую – на правое плечо,

 2- и.п., то же в левую сторону.

**• «Волны бьются о борт корабля»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки опущены вниз

1- 8 – круговые вращения руками вперёд и назад.

**• «Драим палубу»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки внизу

1 - наклон вперёд, руки в стороны, 2 – 6 – махи руками вправо-влево,

стараясь косн-ся противоположного носка, 7 – руки в стороны, 8 – и.п.

**• «А когда на море качка»**

И. П.: ноги вместе, руки внизу

1 – выпад вправо, руки в стороны, 2 – и.п., то же влево.

**III. Перестроение в колонну по одному,** ходьба, бег на носочках, ходьба.

**Октябрь 3 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну**, проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному, на сигнал «Цапля! » - остановиться, поднять ногу, руки в стороны, на сигнал «Лягушки» - присесть на корточки, руки на колени.

**II. Упражнения с веревочкой**

**• «Веревочку вверх»**

И. П.: ноги на ширине плеч, веревочка внизу.

1- веревочку вперед, 2- вверх, 3- вперед, 4- и. п.

**• «Положи веревочку»**

И. П.: ноги на ширине плеч, веревочка в вытянутых вперед руках.

1 - наклон вниз, положить веревочку на пол, 2- встать, руки на пояс,

3- наклон вниз, взять веревочку, 4- и. п.

**• «Повороты»**

И. П.: стоя, ноги на ширине плеч, веревочку вперед.

1- поворот вправо, 2-и. п. То же в другую сторону.

**• «Наклоны»**

И. П.: ноги на ширине плеч, веревочка вверху.

1- наклон вправо, 2- и. п., то же в другую сторону

**• «Полуприседания»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, веревочка внизу.

1- присесть, веревочка вперед, 2-и. п., то же в другую сторону

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, веревочка внизу.

Прыжки – ноги врозь, веревочка вверх, ноги вместе, веревочка вниз.

**III. Перестроение в колонну по одному**, легкий бег, ходьба.

**Октябрь 4 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну**, проверка осанки; ходьба и бег врассыпную.

**II. Упражнения «Петрушки»**

**• «Тарелочки»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, руки внизу.

1- хлопнуть перед грудью прямыми руками,

 2- 3 – скользящие движения вверх - вниз, 4- и. п.

**• «Повороты с отведением рук в стороны»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе.

1 – поворот вправо, развести прямые руки в стороны,

2- и.п., то же влево.

**• «Хлопки под коленом»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, руки на поясе.

1- поднять правую ногу, согнутую в колене, хлопнуть под коленом,

2-и. п., то же с левой ноги.

**• «Наклоны вперёд»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки в стороны.

1- наклониться вперёд, отвести прямые руки назад, 2 – и.п.

**• «Петрушки танцуют»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе.

1- наклон вправо, 2-и. п., 3 – наклон влево, 4 – и.п.

**• «Петрушки прыгают»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе.

Прыжки – ноги врозь, ноги вместе. На счёт 1-2.

**III. Перестроение в колонну по одному**, легкий бег, ходьба.

**Ноябрь 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба «Великаны» и «Гномы», лёгкий бег, ходьба.

**II. Упражнения с мячом**

**• «Подбрось-поймай»**

И. П.: ноги слегка расставлены, мяч у груди, хват снизу

1- подбросить мяч, 2- и. п.

**• «Покажи соседу»**

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч в прямых руках перед грудью

1- поворот вправо, показали мяч соседу, 2- и. п.,

то же влево.

**• «Наклоны»**

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч над головой, в прямых руках

1- наклон вправо, 2- и.п.,

3- наклон влево, 4 - и. п.

**• «Переложи мяч»**

И. П.: ноги слегка расставлены, мяч внизу, в правой руке

1- поднять руки через стороны вверх, переложить мяч из правой руки в левую, 2- и. п., то же в другую сторону

**• «Приседания с мячом»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, мяч у груди

1 - присесть, вынести мяч вперёд, 2- и. п.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, мяч у груди

В: прыжки – ноги врозь, мяч вверх, ноги вместе, мяч у груди

**III. Перестроение в колонну по одному,** подскоки, ходьба.

**Ноябрь 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба в колонне по одному, оздоровительный бег (1-2мин), подскоки, ходьба.

**II. Упражнения «Портные»**

**• «Ножницы»**

И. П.: ноги на ш. ст., руки в стороны

1- скрестить прямые руки впереди, 2- и. п.

**• «Челнок»**

И. П.: ноги на ш. п., руки внизу

1- наклон вправо, 2- и. п., 3- наклон влево, 4- и. п.

**• «Швейная машина работает»**

И. П.: ноги вместе, руки сзади сцеплены в замок

1- поднять правое колено, 2- и. п., 3- поднять левое колено, 4- и. п.

**• «Тянуть резину»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях перед грудью, кисти сжаты.1- отвести с силой локти назад, 2- и. п.

**• «Колесо машины крутится»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки внизу

1- 8 круговые вращения прямыми руками (правая – вперед, левая – назад).

**• «Иголка шьет – прыгает»**

И. П.: ноги вместе, руки внизу. 1-8 прыжки на месте.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба, легкий бег по диагонали, ходьба, проверка осанки.

**Ноябрь 3 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба и бег врассыпную с нахождением своего места в колонне по сигналу.

**II. Упражнения с мячом**

**• «Покажи мяч».**

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч внизу в обеих руках (хват с боков)

1 – мяч к груди, 2 – вперёд, 3 – к груди, 4 – и.п.

**• «Повороты в стороны».**

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч перед грудью, в вытянутых руках

1 - поворот вправо, 2 – и.п., 3 – поворот влево, 4 – и.п.

**• «Вверх - вниз»**

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч у груди

1 – поднять мяч вверх над головой, 2 – и.п.,

3 – наклониться, коснуться мячом пола, 4 – и.п.

**• «Наклоны с мячом»**

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч вверху;

1 – наклон вправо, 2 – и.п., 3 – наклон влево, 4 – и.п.

**• «Пружинки»**

И.П.: пятки вместе, носки врозь, мяч впереди.

1 – 3 – пружинки; 4 - и.п.

**• «Прыжки с мячом»**

И.П.: ноги вместе, мяч у груди

1 – ноги врозь, мяч вверх; 2 - и.п.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба приставляя пятку к носку, лёгкий бег, ходьба.

**Ноябрь 4 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба с перешагиванием через кубики, лёгкий бег, ходьба.

**II. Упражнения с обручем**

**• «Обруч вверх – назад»**

И. П.: ноги на ш. ст., обруч внизу, хват с боков

1- поднять обруч вверх – назад, отставить правую ногу назад,

прогнуться, 2- и. п., то же с левой ноги.

**• «Повороты»**

И. П.: ноги на ш. п., обруч у груди

1- поворот вправо, обруч вправо, выпрямить руки,

 2- и. п., то же влево.

**• «Наклоны с обручем»**

И. П.: ноги на ш. п., обруч низу

1- поднять обруч вперед, вертикально,

2- наклониться, коснуться ободом пола, 3- подняться обратно, 4- и. п.

**• «Приседания»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, обруч у плеч (хват с боков)

1- присесть, обруч поднять вверх, 2- и. п.

**• «Покрути обруч»**

И. П.: ноги слегка расставлены, обруч на талии (придерживать рукой)

Круговые вращения обручем на талии.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе, обруч на полу..Прыжки в обруч и из обруча.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба и бег на носочках, проверка осанки.

**Декабрь 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному за первым и последним.

**II. Упражнения без предметов**

**• «Руки вверх»**

**.**И. П.: ноги на ширине плеч, руки опущены вниз.

1 – руки поднять через стороны вверх, хлопнуть в ладоши; 2 – и.п.

**• «Голова качается»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе

1 – наклон головы вправо; 2 – и.п.; 3 – наклон головы влево; 4 – и.п.

**• «Наклоны в стороны»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки в стороны.

1 – наклон вправо, левая рука через верх касается правой руки;

 2 – и.п. То же в другую сторону (руки не опускать).

**• «Наклоны вниз»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе

1 – наклон вниз, коснуться руками носков (колени не сгибать); 2 – и.п.

**• «Удержи равновесие»**

И. П.: ноги слегка расставлены, руки внизу.

1 – 3 – поднять правую ногу, руки в стороны, 2 – и.п.

То же с левой ногой.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе.

В: прыжки на двух ногах на месте.

**III. Перестроение в колонну по одному**, лёгкий бег, ходьба.

**Декабрь 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну**, проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному, на сигнал «Цапля! » - остановиться, поднять ногу, руки в стороны, на сигнал «Лягушки» - присесть на корточки, руки на колени.

**II. Упражнения с веревочкой**

**• «Веревочку вверх»**

И. П.: ноги на ширине плеч, веревочка внизу.

1- веревочку вперед, 2- вверх, 3- вперед, 4- и. п.

**• «Положи веревочку»**

И. П.: ноги на ширине плеч, веревочка в вытянутых вперед руках.

1 - наклон вниз, положить веревочку на пол, 2- встать, руки на пояс,

3- наклон вниз, взять веревочку, 4- и. п.

**• «Повороты»**

И. П.: стоя, ноги на ширине плеч, веревочку вперед.

1- поворот вправо, 2-и. п. То же в другую сторону.

**• «Наклоны»**

И. П.: ноги на ширине плеч, веревочка вверху.

1- наклон вправо, 2- и. п., то же в другую сторону

**• «Полуприседания»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, веревочка внизу.

1- присесть, веревочка вперед, 2-и. п., то же в другую сторону

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, веревочка внизу.

Прыжки – ноги врозь, веревочка вверх, ноги вместе, веревочка вниз.

**III. Перестроение в колонну по одному**, легкий бег, ходьба.

**Декабрь 3 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба в колонне по одному, оздоровительный бег (1-2мин), подскоки, ходьба.

**II. Упражнения «Портные»**

**• «Ножницы»**

И. П.: ноги на ш. ст., руки в стороны

1- скрестить прямые руки впереди, 2- и. п.

**• «Челнок»**

И. П.: ноги на ш. п., руки внизу

1- наклон вправо, 2- и. п., 3- наклон влево, 4- и. п.

**• «Швейная машина работает»**

И. П.: ноги вместе, руки сзади сцеплены в замок

1- поднять правое колено, 2- и. п., 3- поднять левое колено, 4- и. п.

**• «Тянуть резину»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях перед грудью, кисти сжаты.

1- отвести с силой локти назад, 2- и. п.

**• «Колесо машины крутится»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки внизу

1- 8 круговые вращения прямыми руками (правая – вперед, левая – назад).

**• «Иголка шьет – прыгает»**

И. П.: ноги вместе, руки внизу. 1-8 прыжки на месте.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба, легкий бег по диагонали, ходьба, проверка осанки.

**Декабрь 4 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба в колонне по одному с высоким поднимание бедра, как лошадки. Бег, помахивая руками, как крылышками – бабочки.

**II. Упражнения с флажками**

**• «Флажки вперёд»**

И. П.: ноги на ширине ступни, флажки внизу

1 – флажки вперёд; 2 – в стороны; 3 – вверх; 4 –и.п.

**• «Покажи флажок»**

И. П.: ноги на ширине плеч, флажки у груди

1 – поворот вправо, правую руку в сторону; 2 – и.п. То же влево.

**• «Поклонись красиво»**

И. П.: ноги на ширине плеч, флажки внизу

1 – руки в стороны; 2 – наклон к правой ноге, 3 – встать, 4 – и.п.

То же к левой ноге.

**• «Скручивания с флажками»**

И. П.: ноги на ширине плеч, флажки в стороны в прямых руках

1 – наклон – скручивание вправо, 2 – и.п. То же в лево.

**• «Приседания»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, флажки внизу

1 – присесть, вынести флажки вперёд, 2 – и.п.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, флажки внизу.

Прыжки – «звёздочки с флажками»

**III. Перестроение в колонну по одному**, прямой галоп, ходьба.

**Январь 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба на пятках, на носочках, на внешней стороне стопы, на внутренней; легкий бег.

**II. Упражнения «Потанцуем»**

**• «Встретились»**

И. П.: ноги на ширине плеч., руки опущены

1- развести руки в стороны, улыбнуться, 2- и. п.

**• «Повороты»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1- поворот вправо, развести руки в стороны, 2-и. п., то же в др.сторону

**• «Пятка, носок»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1 - правая нога на пятку, присесть, и. п., 2 - левая нога на пятку,

3 - правая нога на носок, и. п. 4 - левая нога на носок

**• «Наклонились весело»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе

1 - наклон вправо, улыбнулись, 2 - и. п., то же в другую сторону

**• «Танцуют ножки»**

И. П.: ноги слегка расставлены, руки на поясе

1 - выпад вправо, левая нога на пятке поворачивается налево,

2 - и. п., то же в левую сторону

**• «Звездочки»**

И. П.: ноги вместе, руки внизу. 1 - руки вверх, ноги в сторону, 2- и. п.

**III. Перестроение в колонну по одному,** легкий бег, ходьба.

**Январь 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег врассыпную с нахождением своего места в колонне по сигналу.

**II. Упражнения с малым мячом**

**• «Покажи мяч»**

И. П.: ноги на ширине ступни, мячик в правой руке

1- поднять руки через стороны вверх, переложить мяч в левую руку,

3- 4 – и.п. То же в другую сторону.

**• «Покажи мяч»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки впереди, мяч в правой руке

1- отвести прямые руки назад, переложить мяч в левую руку, 2 - и. п.

**• «Наклоны с мячом»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки в стороны, мяч в левой руке

1- наклон вправо, левая рука над головой, переложить мяч в правую

руку (правую руку не опускать), 2- и. п. То же влево.

**• «Положи мяч»**

И. П.: ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу

1-наклон вниз, положить мяч между ног, 2 - и. п. руки на поясе,

 3 – наклон вниз, взять мяч, 4 – и.п.

**• «Переложи мячик»**

И. П.: стоя на коленях, мячик в правой руке

1- поворот вправо, положить мяч у носков ног, 2 - и. п. руки на поясе,

3 – поворот влево, взять мячик левой рукой, 4- и.п.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе, мяч на полу. Прыжки на двух ногах вокруг мяча.

**III. Перестроение в колонну по одному**, боковой галоп, ходьба.

**Январь 3 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба и бег со сменой ведущего.

**II. Упражнения «Спортивная разминка»**

**• «Бег на месте»**

И. П.: ноги слегка расставлены, руки на поясе

Поочерёдно отрываем пятки от пола, носки на месте (1-2 мин.)

**• «Силачи»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки в стороны, пальцы сжаты в кулаки

1- с силой согнуть руки к плечам, 2-и. п.

**• «Боковая растяжка»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1 – наклон вправо, левая рука над головой,

2 - и. п., то же в другую сторону.

**• «Посмотри за спину»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1 – поворот вправо, левой рукой плавно толкаем правое плечо назад и

смотрим за спину, 2 - и. п., то же в другую сторону.

**• «Выпады в стороны»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе

1 - выпад правой ногой вправо, спина прямая, 2 – и.п., то же влево.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе. 1 – 3 – прыжки на месте,

4 – прыгнуть как можно выше.

**III. Перестроение в колонну по одному,** ходьба приставляя пятку одной ноги к носку другой, лёгкий бег, ходьба.

**Январь 4 неделя**

**I. 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 идём за шагом шаг,

Сой 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.

**II. Упражнения без предметов**

**• «Руки к плечу»**

И. П.: ноги на ш. с., руки вдоль туловища. 1 – правую руку к плечу; 2 – левую руку к плечу; 3 – правую руку вниз; 4 –левую руку вниз.

**• «Руки в стороны»**

И. П.: основная стойка, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – присесть, руки вперёд; 3 – встать, руки в стороны; 4 – и.п.

**• «Повороты»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе.

1 – поворот туловища вправо, правую руку в сторону;

2 – и.п. То же влево.

**• «Хлопок в ладоши под коленом»**

И. П.: основная стойка, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – мах правой ногой вперёд, хлопок в ладоши под коленом; 3 – опустить ногу, руки в стороны; 4 – и.п. То же левой ногой.

**Игра «Удочка».**  Дети становятся по кругу, на небольшом расстоянии друг от друга. В центре воспитатель вращает скакалку. По мере приближения скакалки дети выполняют прыжок так, чтобы не задеть её. Тот, кто коснулся скакалки, делает шаг назад и выбывает из игры.

 **III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба.

**Февраль 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну**, проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному, на сигнал «Цапля! » - остановиться, поднять ногу, руки в стороны, на сигнал «Лягушки» - присесть на корточки, руки на колени.

**II. Упражнения с веревочкой**

**• «Веревочку вверх»**

И. П.: ноги на ширине плеч, веревочка внизу.

1- веревочку вперед, 2- вверх, 3- вперед, 4- и. п.

**• «Положи веревочку»**

И. П.: ноги на ширине плеч, веревочка в вытянутых вперед руках. 1- наклон вниз, положить веревочку на пол, 2- встать, руки на пояс, 3- наклон вниз, взять веревочку, 4- и. п.

**• «Повороты»**

И. П.: стоя, ноги на ширине плеч, веревочку вперед.

1- поворот вправо, 2-и. п. То же в другую сторону.

**• «Наклоны»**

И. П.: ноги на ширине плеч, веревочка вверху. 1- наклон вправо, 2- и. п., то же в другую сторону

**• «Полуприседания»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, веревочка внизу .

1- присесть, веревочка вперед, 2-и. п., то же в другую сторону

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, веревочка внизу.

Прыжки – ноги врозь, веревочка вверх, ноги вместе, веревочка вниз

**III. Перестроение в колонну по одному**, легкий бег, ходьба.

**Февраль 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба на пятках, на носочках, на внешней стороне стопы, на внутренней; легкий бег.

**II. Упражнения «Потанцуем»**

**• «Встретились»**

И. П.: ноги на ш. п., руки опущены

1- развести руки в стороны, улыбнуться, 2- и. п.

**• «Повороты»**

И. П.: ноги на ш. п., руки на поясе

1- поворот вправо, развести руки в стороны, 2- и. п.,

то же в другую сторону

**• «Пятка, носок»**

И. П.: ноги на ш. п., руки на поясе

1- правая нога на пятку, присесть, и. п., 2- левая нога на пятку, 3- правая

нога на носок, и. п. 4- левая нога на носок

**• «Наклонились весело»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе

1- наклон вправо, улыбнулись, 2- и. п., то же в другую сторону

**• «Танцуют ножки»**

И. П.: ноги слегка расставлены, руки на поясе

1 - выпад вправо, левая нога на пятке поворачивается налево, 2- и. п., то же в левую сторону

**• «Звездочки»**

И. П.: ноги вместе, руки внизу. 1- руки вверх, ноги в сторону, 2- и. п.

**III. Перестроение в колонну по одному,** легкий бег, ходьба.

**Февраль 3 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному, огибая предметы, поставленные по углам зала, боковой галоп с правой ноги.

**II. Упражнения с платочками**

**• «Покажи платочек»**

И. П.: ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках у груди.

1- выпрямить руки, показать платочек, 2- и. п.

**• «Помаши платочком»**

И. П.: ноги на ширине плеч, платочек в правой руке, опущен вниз

1- руки вверх, переложить платок из прав.руки в левую, помахать им;

2-и. п. То же в другую сторону.

**• «Переложи платок»**

И. П.: ноги на ш. п., руки внизу, платочек в правой руке

1- наклон вправо, рука с платочком прямая в сторону,

2- и. п., переложить платочек за спиной из правой руки в левую. То же в другую сторону.

**• «Положи платочек»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, платочек внизу

1- сесть, положить платочек на пол,

2- и. п., руки на пояс,

3- сесть, взять платочек, 4- и. п.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, платочек внизу. Прыжки с платочком.

 **III. Перестроение в колонну** по одному, ходьба и бег со сменой ведущего, проверка осанки.

**Февраль 4 неделя**

**II. Упражнения без предметов**

**• «Руки в стороны»**

И. П.: основная стойка, руки вдоль туловища

1 – руки в стороны; 2 – руки к плечам, пальцы сжать в кулаки;

 3 – руки в стороны; 4 – и.п..

**• «Наклоны в стороны»**

И. П.: основная стойка, руки на поясе.

1 – шаг правой ногой вправо; 2 – наклон туловища вправо;

3 – выпрямиться; 4 – вернуться в и.п. То же влево.

**• «Наклоны вперёд»**

И. П.: ноги врозь, руки за головой.

1 – руки в стороны; 2 – наклон вперёд, коснуться пальцами пола;

3 – выпрямиться, руки в стороны, 4 – и.п.

**• «Обними колени»**

И. П.: лёжа на спине, руки вдоль туловища

1 – 2 - согнуть колени, обхватить руками, прижаться головой к коленям;

3 – 4 – вернуться в и.п.

**• «Велосипед»**

И. П.: лёжа на спине, руки вдоль туловища

Попеременное сгибание и разгибание ног – «велосипед» (на счёт 1-8).

Пауза. Повтор.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба.

**Март 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба и бег змейкой между предметами, поставленными в одну линию; ходьба и бег врассыпную.

**II. Упражнения со скакалкой.**

**• «Скакалка вверх»**

И.П.: основная стойка, скакалка, сложенная вдвое, внизу.

1 – правую ногу назад на носок, скакалку вверх; 2 – верн. в и.п.

**• «Наклоны в стороны»**

И.П.: стойка ноги врозь, скакалка внизу.

1 – скакалку вверх;

2 – наклон вправо (влево); 3 – выпрямиться; 4 – и.п.

**• «Наклоны вперёд»**

И.П.: сидя ноги врозь, скакалку на грудь.

1 – скакалку вверх;

2 – наклониться вперёд, коснуться скакалкой носков ног;

3 – выпрямиться, скакалку вверх; 4 – вернуться в и.п.

**• «Скакалка вперёд».**

И.П.: стойка в упоре на коленях, скакалку внизу.

1 – 2 сесть справа на бедро, скакалку вперёд;

3 – 4 – вернуться в и.п. То же влево.

**• «Прогнуть спинку»**

И.П.: лёжа на животе, скакалка в согнутых руках перед собой.

1 – прогнуться, скакалку вперёд; 2 – вернуться в и.п.

 **• «Прыжки»**

И.П.: основная стойка. Прыжки на двух ногах через скакалку, вращая её вперёд. Темп индивидуальный.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба.

**Март 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба в колонне по одному по мостику (доска или дорожка из шнуров); бег м/предметами змейкой. Ходьба и бег чередуются.

**II. Упражнения без предметов.**

**• «Шаг в сторону»**.

И. П.: основная стойка, руки вдоль туловища . 1 – шаг правой ногой вправо, руки за голову; 2 – приставить ногу, вернуться в и.п. То же влево.

**• «Приседания»**

И. П.: ноги на ширине ступни, руки на поясе.

1- 3- пружинистые приседания, руки вперёд; 4 - вернуться в и. п.

**• «Повороты»**

И. П.: стойка ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. 1- согнуть руки перед грудью; 2-поворот вправо, руки в стороны; 3 – выпрямиться, руки перед грудью; 4- и.п. То же влево.

**• «Хлопок под коленом»**

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; 4 – и.п. То же левой ногой.

**• «Наклоны»**

И. П.: основная стойка, руки на поясе.

1– шаг вправо; 2–наклон вправо; 3–выпрямиться; 4–и.п. То же влево.

**• «Прыжки»**

И. П.: основная стойка, руки вдоль туловища. На счёт 1-8 прыжки на правой ноге, пауза, прыжки.

**III. Игровое упражнение «Мяч водящему».** Дети распределяются на тройки, один из них водящий. Водящий поочерёдно 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.

**Март 3 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному с изменением направления движения по сигналу воспитателя; ходьба и бег врассыпную.

**II. Упражнения с мячом.**

**• «Бросок мяча вверх»**

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

**• «Поймай мяч»**

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.

**• «Прокати мяч»**

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.

**• «Достань мяч»**

И. П.: лёжа на спине, ноги прямые, мяч за головой.

1-2 – поднять ноги вверх медленным движением, коснуться их мячом;

3–4 вернуться в и.п.

**• «Покажи мяч» И**

 И.П.: основная стойка, мяч внизу.

1 – 2 – правую ногу назад на носок, мяч вверх; 3 – 4 вернуться в и.п. То же левой ногой.

**III. Игра«Удочка».**

Дети становятся вкруг. В середине круга воспитатель раскручивает скакалку (рыбак с удочкой), а дети (рыбки) должны перепрыгивать через скакалку. Кого задела скакалка, тот садится на стульчик (рыбак поймал рыбку).

**Март 4 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба в колонне по одному, по сигналу перестроение в пары, легкий бег.

**II. Упражнения «Самолеты»**

**• «Заводим мотор»**

И. П.: ноги на ширине ступни, руки внизу

1-8 – вращать согнутыми в локтях руками (одна рука вокруг другой) перед грудью, произносить «р-р-р», затем вернуться в и. п.

**• «Пропеллер»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки внизу

 1-8 – круговые вращения прямыми руками вперед (повт. 2 раза)

**• «Путь свободен»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1- поворот вправо, руки в стороны,

2- и. п., то же влево

**• «Самолеты летят»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки в стороны

1- наклониться вправо, 2- и. п.,

3- наклониться влево, 4- и. п.

**• «Турбулентность (тряска в воздухе) »**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе

Прыжки на двух ногах на месте.

**• «Самолеты приземлились»**

И. П.: ноги на ширине ступни, руки внизу

1 - выпад вперед правой ногой, руки в стороны,

2 - и. п., то же левой ногой

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба, вытягивая вперед прямые ноги, легкий бег, ходьба.

**Апрель 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег с перешагиванием через предметы; ходьба и бег врассыпную.

**II. Упражнения без предметов.**

**• «Руки вверх»**

И. П.: - основная стойка, руки вдоль туловища;

1- 2 – поднимаясь на носки, руки через стороны вверх, прогнуться,

3 – 4 и.п.

**• «Приседания»**

И. П.: - стойка ноги на ширине ступни, руки за головой.

1-2 – присесть медленным движением, руки в стороны; 3- 4 и.п.

**• «Хлопок в ладоши».**

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 – и.п. То же к левой ноге.

**• «Ногу вверх»**

И. П.: - стойка в упоре на колени, опираясь ладонями о пол.

1 – поднять правую ногу назад-вверх; 2 – вернуться в и.п. То же левой ногой.

**• «Повороты»**

И. П.: - стойка в упоре на коленях, руки на поясе

1 – поворот вправо, правую руку вправо; 2 – вернутьсяв и.п. То же влево.

**• «Прыжки»**

И.П. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 – прыжком ноги вместе. Выполняется под счёт 1-8 **III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба в колонне по одному.

**Апрель 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя.

**II. Упражнения с палкой**

**• «Палку вверх»**

И. П.: основная стойка, палка внизу.

1- поднять палку на грудь; 2 – палку вверх;

3 – палку на грудь; 4 – и.п.

**• «Наклоны вниз»**

И. П.: стойка ноги врозь, палка внизу

1 – палку вверх;

2 – наклон к правой ноге;

3 – выпрямиться, палку вверх;

4 – и.п. То же к левой ноге.

**• «Приседания»**

И. П.: основная стойка, палка на плечах

1- 2 – присесть медленным движением, спину и голову держать пря*м*о;

3 – 4- и.п.

**• «Лёжа на животе»**

И.П.: лёжа на животе, палка в согнутых руках перед собой.

1 – прогнуться, палку вперёд – вверх;

2 – вернуться в и.п.

**• «Прыжки»**

И. П.: основная стойка, палка хватом сверху шире плеч внизу.

1 – прыжком ноги врозь, палку вверх;

2 – прыжком ноги вместе. На счёт 1-8.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба в колонне по одному.

**Апрель 3 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба в колонне по одному между предметами, ходьба и бег врассыпную.

**II. Упражнения на гимнастической скамейке.**

**• «Руки в стороны»**

И. П.: - сидя верхом на скамейке, руки на поясе

1– руки в стороны; 2 – руки за голову;

3 – руки в стороны; 4 – и.п.

**• «Наклоны»**

И.П. – сидя на скамейке верхом, руки на поясе.

1 – руки в стороны; 2 – наклон вправо (влево);

3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – вернуться в и.п.

**• «Ноги вверх»**

И.П. – лёжа перпендикулярно к скамейке, ноги прямые, хват руками за края скамейки;

1 – 2 поднять прямые ноги вверх; 3-4 вернуться в и.п.

**• «Шаг на скамейку»**

И.П. – стоя лицом к скамейке, руки вдоль туловища.

1 – шаг правой нагой на скамейку;

2 – шаг левой ногой на скамейку;

3 – шаг правой ногой со скамейки;

4 – то же левой. Поворот кругом (3-4 раза).

**• «Прыжки»**

И.П. – стоя боком к скамейке, руки произвольно.

Прыжки на двух ногах вдоль скамейки, на счёт 1-8; поворот кругом и повторение прыжков.

**III. Перестроение в колонну** по одному, ходьба в колонне по одному между скамейками.

**Апрель 4 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя.

**II. Упражнения без предметов**

**• «Руки в стороны»**

И. П.: основная стойка, руки вдоль туловища.

1- шаг правой ногой вправо, руки в стороны; 2–и.п. То же левой ногой.

**• «Приседания»**

И.П. – ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища

1 – 3 – пружинистые приседания, руки вперёд; 4 – и.п.

**• «Повороты»**

И. П.: - стойка ноги на ширине плеч, руки внизу

1 – руки согнуть перед грудью;

2 – поворот вправо, руки развести в стороны;

3 – руки перед грудью; 4 - и.п. То же в левую сторону.

**• «Ногу на колено»**

И. П.: - ноги параллельно, руки вдоль туловища. 1 – руки в стороны;

2 – согнуть правую ногу, положить на колено;

3 – опустить ногу, руки в стороны; 4 - и.п. То же левой ногой.

**• «Повороты сидя».**

И. П.: - стойка на коленях, руки на поясе.

1 – 2 – с поворотом вправо сесть на правое бедро;

3 – 4 и.п. То же влево.

**• «Прыжки»**

И. П.: - основная стойка, руки вдоль туловища. Прыжки на правой и левой ноге под счёт 1-8. .

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба в колонне по одному.

**Май 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба в колонне по одному, оздоровительный бег (1-2мин., подскоки, ходьба.

**II. Упражнения «Портные»**

**• «Ножницы»**

И. П.: ноги на ширине ступни, руки в стороны

1- скрестить прямые руки впереди, 2- и. п.

**• «Челнок»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки внизу

1 - наклон вправо, 2- и. п.,

3 - наклон влево, 4- и. п.

**• «Швейная машина работает»**

И. П.: ноги вместе, руки сзади сцеплены в замок

1 - поднять правое колено, 2 - и. п., 3 - поднять левое колено, 4 - и. п.

**• «Тянуть резину»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях перед грудью, кисти сжаты.

1- отвести с силой локти назад, 2- и. п.

**• «Колесо машины крутится»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки внизу

1- 8 круговые вращения прямыми руками (правая – вперед, левая – назад).

**• «Иголка шьет – прыгает»**

И. П.: ноги вместе, руки внизу.

1-8 прыжки на месте.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба, легкий бег по диагонали, ходьба, проверка осанки.

**Май 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному, огибая предметы, поставленные по углам зала, боковой галоп с правой ноги.

**II. Упражнения с платочками**

**• «Покажи платочек»**

И. П.: ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках у груди**.**

1- выпрямить руки, показать платочек, 2- и. п.

**• «Помаши платочком»**

И. П.: ноги на ширине плеч, платочек в правой руке, опущен вниз**.**

1- руки вверх, переложить платок из правой руки в левую, помахать им,

2-и. п. То же в другую сторону.

**• «Переложи платок»**

И. П.: ноги на ш. п., руки внизу, платочек в правой руке

1- наклон вправо, рука с платочком прямая в сторону,

2- и. п., переложить платочек за спиной из правой руки в левую.

То же в другую сторону.

**• «Положи платочек»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, платочек внизу

1 - сесть, положить платочек на пол, 2- и. п., руки на пояс,

3 - сесть, взять платочек, 4- и. п.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, платочек внизу. Прыжки с платочком.

**III. Перестроение в колонну** по одному, ходьба и бег со сменой ведущего, проверка осанки.

**Май 3 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба и бег с выполнением заданий для рук, ходьба на носочках, на пяточках.

**II. Упражнения «Цапля»**

**• «Цапля машет крыльями»**

И. П.: ноги вместе, руки внизу

1- поднять прямые руки в стороны, сделать несколько волнообразных движений, 2- и. п.

**• «Цапля достает лягушку из болота»**

И. П.: ноги на ширине плеч, левая рука на поясе, правая внизу.

1- наклониться вправо, дотронуться правой рукой до носка ноги,

2- и. п. То же с левой рукой.

**• «Цапля стоит на одной ноге»**

И. П.: ноги на ширине ступни, руки на поясе

1 - поднять согнутую в колене правую ногу, руки в стороны,

2 - и. п. То же с левой ногой.

**• «Цапля глотает лягушку»**

И. П.: сидя на коленях, руки внизу

1- подняться на коленях, руки вверх, хлопнуть в ладоши, 2- и. п.

**• «Цапля стоит в камышах»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе. 1- наклон вправо (влево), 2- и. п.

**• «Цапля прыгает»**

И. П.: ноги на ширине ступни, руки на поясе

1-8 - прыжки на правой - левой ноге попеременно

**III. Перестроение в колонну по одному**, легкий бег, ходьба, проверка осанки.

**Май 4 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег врассыпную с нахождением своего места в колонне по сигналу.

**II. Упражнения с мячом**

**• «Покажи мяч»**

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч внизу в обеих руках (хват с боков)

1- мяч к груди, 2- вперед, 3- к груди, 4- и. п.

**• «Повороты в стороны»**

И. П.: ноги на ш. п., мяч перед грудью, в вытянутых руках

1- поворот вправо, 2-и. п., 3- поворот влево, 4- и. п.

**• «Вверх – вниз»**

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч у груди.

1- поднять мяч вверх над головой,

 2- и. п., 3 - наклониться, коснуться мячом пола, 4-и. п.

**• «Наклоны с мячом»**

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч вверху

1- наклон вправо, 2- и. п., 3- наклон влево, 4- и. п.

**• «Пружинки»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, мяч впереди

1-3 – пружинки, 4- и. п.

**• «Прыжки с мячом»**

И. П.: ноги вместе, мяч у груди

1- ноги врозь, мяч вверх, 2- и. п.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба, приставляя пятку к носку, легкий бег, ходьба.

**Июнь 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя.

**II. Упражнения с кеглями**

**• «Кегли вверх»**

И. П.: основная стойка, кегли внизу

1 – кегли в сторону; 2 – кегли вверх;

3 – кегли в стороны; 4 – вернуться в и.п.

**• «Наклоны вперёд»**

И. П.: стойка ноги врозь, кегли у груди

1 – кегли в стороны;

2 – наклон вперёд, коснуться кеглями пола;

3 – выпрямиться, кегли в стороны;

4 – и.п.

**• «Повороты»**

И. П.: стойка на коленях, кегли у плеч

1 – 2 – поворот вправо, коснуться пола у пятки правой ноги;

3 – 4 – выпрямиться, вернуться в и.п. То же влево.

**• «Приседания»**

И. П.: основная стойка, кегли внизу

1 – 2 – присесть, кегли вперёд;

3 – 4 – вернуться в и.п.

**• «Прыжки»**

И. П.: основная стойка, руки на поясе, кегли на полу.

Прыжки на двух ногах, на правой и левой поочередно вокруг кеглей в обе стороны.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба в колонне по одному.

**Июнь 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя.

**II. Упражнения без предметов**

**• «Руки в стороны»**

И. П.: основная стойка, руки на поясе

1 – руки в стороны; 2 – руки за голову; . 3 – руки в стороны; 4 – вернуться в и.п.

**• «Наклоны в стороны»**

И.П.: стойка ноги на ширине плеч, руки внизу

1 – руки в стороны; 2 – наклон вправо (влево);

3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п.

**• «Наклоны вперёд»**

И. П.: сидя на полу, ноги врозь, руки на поясе

1 – руки в стороны; 2 – наклониться вперёд, коснуться пола между пятками ног; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 - и.п.

**• «Ногу в сторону»**

И. П.: стойка на коленях, руки на поясе

1 – правую ногу в сторону, руки в стороны; 2 – вернуться в и.п. То же левой ногой.

**• «Прыжки».**

И. П.: основная стойка, руки на поясе, кегли на полу. Прыжки на двух ногах, на правой и левой поочередно вокруг кеглей в обе стороны.

**• «Ногу вверх»**

И. П.: лёжа на спине, руки вдоль туловища, ладони с опорой о пол.

1 – поднять вверх правую ногу; 2- опустить ногу, вернуться в и.п. То же левой ногой.

 **• «Прогнуть спинку»**

И.П.: лёжа на животе, прямые руки вытянуты вперёд

1 – прогнуться, руки вперёд-вверх; 2 – и.п.

**III. Игра «Удочка».**

**Июнь 3 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя.

**II. Упражнения с кубиками**

**• «Кубики вверх»**

И. П.: основная стойка, кубики в обеих руках внизу

1 – кубики в стороны; 2 – кубики вверх, ударить ими один о другой;

3 – кубики в стороны; 4 – вернуться в и.п.

**• «Повороты»**

И. П.: ноги на ширине плеч, кубики внизу

1 – поворот вправо (влево), руки в стороны;

2- вернуться в и.п.

**• «Наклоны вперёд»**

И. П.: стойка на коленях, кубики у плеч

1 – 2 наклониться вперёд, положить кубики на пол (подальше);

3 – 4 наклониться, взять кубики, вернуться в и.п.

**• «Приседания»**

И. П.: основная стойка, кубики у плеч

1 – присесть, кубики вперёд; 2 – вернуться в и.п.

**• «Ноги вверх»**

И. П.: лёжа на спине, кубики в обеих прямых руках за головой.

1 – 2 - поднять прямые ноги вверх, коснуться кубиками колен;

3 – 4 - вернуться в и.п.

**• «Прыжки»**

И. П.: основная стойка, руки вдоль туловища перед кубиками, лежащими на полу. Прыжки на правой и левой ноге вокруг кубиков в обе стороны в чередовании с небольшой паузой.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба в колонне по одному с кубиками в руках.

**Июнь 4 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба на носочках, на пятках с разным положением рук, легкий бег, ходьба.

**II. Упражнения с обручем**

**• «Обруч вверх – назад»**

И. П.: ноги на ширине ступни, обруч внизу, хват с боков

1- поднять обруч вверх – назад, отставить правую ногу назад,

прогнуться,

2- и. п., то же с левой ноги.

**• «Повороты»**

И. П.: ноги на ширине плеч, обруч у груди

1- поворот вправо, обруч вправо, выпрямить руки

2- и. п., то же влево.

**• «Наклоны с обручем»**

И. П.: ноги на ширине плеч, обруч низу

1- поднять обруч вперед, вертикально,

 2- наклониться, коснуться ободом пола,

 3- подняться обратно,

 4- и. п.

**• «Приседания»**

И. П.: пятки вместе, носки врозь, обруч у плеч (хват с боков)

1- присесть, обруч поднять вверх,

 2- и. п.

**• «Покрути обруч»**

И. П.: ноги слегка расставлены, обруч на талии (придерживать рукой)

Круговые вращения обручем на талии.

**• «Прыжки»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе, обруч на полу.

Прыжки в обруч и из обруча.

**III. Игра «Мышеловка»**.

**Июль 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному с изменением направления.

**II. Упражнения «Путешествие по морю – океану»**

**• «Где корабль? »**

И. П.: основная стойка, руки на поясе

1- поворот головы вправо, приставить руку «козырьком» ко лбу,

2- и. п., то же в другую сторону

**• «Багаж»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки опущены вниз

1- кисти рук сжать в кулаки, 2- обе руки с усилием поднять в стороны,

3- опустить руки вниз, 4- и. п.

**• «Мачта»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1 -- наклон вправо, левая рука вверх, над головой,

2- и. п. То же влево.

**• «Волны бьются о борт корабля»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки опущены вниз

1-8- круговые вращения руками вперед и назад

**• «Драим палубу»**

И. П.: ноги шире ш. п., руки внизу

1- наклон вперед, руки в стороны,

2-6-махи руками вправо- влево, стараясь коснуться противоположного носка,

7- руки в стороны, 8 - и. п.

**• «А когда на море качка…»**

И. П.: ноги вместе, руки внизу

1- выпад вправо, руки в стороны, 2- и. п., то же влево

**III. Перестроение в колонну по одному,** ходьба, бег на носочках, ходьба.

**Июль 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба в колонне, на сигнал «Зайцы!» три прыжка на двух ногах. Бег врассыпную, на сигнал: «Аист!» встать на одной ноге, руки на пояс. Ходьба и бег чередуются.

**II. Упражнения с мячом большого d**

**• «Шаг в сторону - мяч вверх»**

И. П.: основная стойка, мяч в обеих руках внизу

1 – шаг вправо, мяч вверх;

2 – приставить левую ногу;

3 – шаг влево;

4 – вернуться в и.п.

**• «Наклон вперёд»**

И. П.: стойка ноги врозь, мяч на груди

1 – мяч вверх;

2 – 3 – наклон вперёд, прокатить мяч от одной ноги к др.;

4 – вернуться в и.п.

**• «Приседания»**

И. П.: стойка ноги на ширине ступни, мяч на груди

1 – 2 – присесть, мяч вперёд, руки прямые;

3 – 4 и.п.

**• «Ноги вверх»**

И. П.: сидя ноги вместе, мяч на стопах, руки в упоре сзади.

1 – 2 – поднять ноги вверх, скатить мяч на живот и поймать его.

**• «Покажи мячик»**

И. П.: основная стойка, мяч внизу

1 – 2 – поднимаясь на носки, мяч вверх; 3 – 4 и.п.

**III. Игра «Автомобили»**. Ходьба по кругу – автомобили поехали в гараж, руки в положении «вращают руль».

**Июль 3 неделя**

**I. Построение в шеренгу, колонну,** проверка осанки; ходьба на пятках, на носочках, на внешней стороне стопы, на внутренней; легкий бег.

**II. Упражнения «Потанцуем»**

**• «Встретились»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки опущены

1- развести руки в стороны, улыбнуться, 2- и. п.

**• «Повороты»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1- поворот вправо, развести руки в стороны,

2- и. п., то же в другую сторону

**• «Пятка, носок»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1- правая нога на пятку, присесть, и. п.,

2- левая нога на пятку,

3- правая нога на носок, и. п.

4- левая нога на носок

**• «Наклонились весело»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе

1- наклон вправо, улыбнулись,

 2- и. п., то же в другую сторону

**• «Танцуют ножки»**

И. П.: ноги слегка расставлены, руки на поясе

1 - выпад вправо, левая нога на пятке поворачивается налево,

2- и. п., то же в левую сторону

**• «Звездочки»**

И. П.: ноги вместе, руки внизу.

1- руки вверх, ноги в стороны,

2- и. п.

**III. Перестроение в колонну по одному,** легкий бег, ходьба.

**Июль 4 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя.

**II. Упражнения с гимнастической палкой**

**• «Палку вверх»**

И. П.: основная стойка, палка внизу

1- палку вверх; 2 – опустить палку за голову на плечи;

3 – палку вверх; 4 – и.п.

**• «Наклоны вниз»**

И. П.: стойка ноги врозь, палка внизу

1 – палку вверх;

2 – наклон вперёд, палку вперёд;

3 – выпрямиться, палку вверх;

4 – вернуться в и.п.

**• «Повороты».**

И.П.: стойка ноги врозь, палка на лопатках

1 – поворот туловища вправо (влево);

2 – вернуться в и.п.

**• «Приседания»**

И. П.: основная стойка, палку на грудь

1- 2 – присесть, палку вперёд; 3 – 4- и.п.

**• «Палку вперёд»**

И.П.: основная стойка, палка внизу

1 – правую ногу в сторону на носок, палку вперёд;

2 – и.п. То же влево.

**III. Игровое упражнение «Фигуры»**.

**Перестроение в колонну по одному**, ходьба в колонне по одному.

**Август 1 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба в колонне по одному с высоким поднимание бедра, как лошадки. Бег, помахивая руками, как крылышками – бабочки.

**II. Упражнения с флажками**

**• «Флажки вверх»**

И. П.: основная стойка, флажки внизу.

1 – флажки в стороны; 2 – флажки вверх, скрестить;

3 – флажки в стороны; 4 – вернуться в и.п.

**• «Приседания»**

И. П.: основная стойка, флажки внизу

1 – 2 – присесть, флажки вперёд; 3 – 4 – и.п.

**• «Повороты»**

И. П.: стойка в упоре на коленях, флажки у плеч

1 – поворот вправо (влево), флажок в сторону; 2 – и.п.

**• Наклоны»**

И. П.: стойка ноги врозь, флажки за спиной

1 – флажки в стороны;

2 – наклониться вперёд, скрестить флажки перед собой;

3 – выпрямиться, флажки в стороны; 4 – и.п.

**• Прыжки»**

И. П.: основная стойка, флажки внизу.

На счёт 1-8 прыжки на двух ногах, затем небольшая пауза; на счёт 1-8 прыжки на правой (левой) ноге в чередовании с небольшой паузой.

**• «Флажки в стороны»**

И. П.: основная стойка, флажки внизу

1 – правую ногу назад на носок, флажки в стороны; 2 – и.п.

То же левой ногой.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба в колонне по одному, оба флажка в правой руке над головой.

**Август 2 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя.

**II. Упражнения с кольцом (кольцеброс)**

**•«Выкруты».**

И. П.: основная стойка, кольцо в прямых руках перед собой хватом двумя руками за середину снаружи

1 -2–повернуть кольцо выкрутом рук до положения обратным хватом; 3 – 4 вернуться в и.п.

**• «Приседания»**

И. П.: основная стойка, кольцо в обеих руках хватом руками за середину снаружи.

1 – присесть, кольцо вверх; 2 – вернуться в и.п.

**• «Руки вверх»**

И. П.: стойка ноги на ширине плеч, кольцо в правой руке.

1 – руки в стороны; 2 – руки вверх, переложить кольцо в левую руку; 3 – руки в стороны; 4 – руки вниз.

**• «Переложи кольцо в другую руку»**

И. П.: стойка ноги на ширине ступни, кольцо в правой руке.

1 – поднять левую согнутую ногу, переложить под ней кольцо в другую руку; 2 – опустить ногу, руки вниз. То же правой ногой.

**• «Наклоны»**

И. П.: стойка ноги на ширине плеч, кольцо внизу хватом обеих рук за середину снаружи.1 – прямыеруки вперёд; 2 – наклониться, коснуться кольцом пола; 3 – выпрямиться, кольцо вперёд; 4 – и.п.

 **• «Шаг в сторону».**

И. П.: основная стойка, кольцо на голове, руки на поясе. 1 – шаг правой ногой вправо; 2 – приставить левую ногу; 3 – шаг левой ногой влево; 4 – приставить правую ногу, и.п.

 **III. Игра «Удочка»**.

**Август 3 неделя**

 **I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба в колонне по одному, по сигналу перестроение в пары, легкий бег.

**II. Упражнения «Самолеты»**

**• «Заводим мотор»**

И. П.: ноги на ширине ступни, руки вниз

1-8 – вращать согнутыми в локтях руками (одна рука вокруг другой) перед грудью, произносить «р-р-р», затем вернуться в и. п.

**• «Пропеллер»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки внизу

1-8 – круговые вращения прямыми руками вперед (повторить 2 раза)

**• «Путь свободен»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

1- поворот вправо, руки в стороны,

2- и. п., то же влево

**• «Самолеты летят»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки в стороны

1- наклониться вправо, 2- и. п.,

3- наклониться влево, 4- и. п.

**• «Турбулентность (тряска в воздухе)»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе

Прыжки на двух ногах на месте.

**• «Самолеты приземлились»**

И. П.: ноги на ширине ступни, руки внизу

1 - выпад вперед правой ногой, руки в стороны,

2 - и. п., то же левой ногой

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба, вытягивая вперед прямые ноги, легкий бег, ходьба.

**Август 4 неделя**

**I. Построение в шеренгу,** колонну, проверка осанки; ходьба и бег в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя.

**II. Упражнения с кубиками**

**• «Кубики вверх»**

И. П.: основная стойка, кубики в обеих руках внизу

1 – кубики в стороны; 2 – кубики вверх, ударить ими один о другой;

3 – кубики в стороны; 4 – вернуться в и.п.

**• «Повороты»**

И. П.: ноги на ширине плеч, кубики внизу

1 – поворот вправо (влево), руки в стороны;

 2- вернуться в и.п.

**• «Наклоны вперёд»**

И. П.: стойка на коленях, кубики у плеч

1 – 2 наклониться вперёд, положить кубики на пол (подальше);

3 – 4 наклониться, взять кубики, вернуться в и.п.

**• «Приседания»**

И. П.: основная стойка, кубики у плеч

1 – присесть, кубики вперёд; 2 – вернуться в и.п.

**• «Ноги вверх»**

И. П.: лёжа на спине, кубики в обеих прямых руках за головой.

1 – 2 - поднять прямые ноги вверх, коснуться кубиками колен;

3 – 4 вернуться в и.п.

**• «Прыжки»**

И. П.: основная стойка, руки вдоль туловища перед кубиками, лежащими на полу. Прыжки на правой и левой ноге вокруг кубиков в обе стороны в чередовании с небольшой паузой.

**III. Перестроение в колонну по одному**, ходьба в колонне по одному с кубиками в руках.

**Гимнастика пробуждения.**

 Одной из главных особенностей нервной системы детей дошкольного возраста является медленное переключение из одного состояние в другое, что способствует несформированности нервных процессов. Именно поэтому после дневного сна с детьми проводятся специальные упражнения, позволяющие им постепенно перейти к бодрому состоянию.

 Гимнастика пробуждения выполняется лежа в кроватях. Сначала дети вытягиваются: прогибают спину, вытягивают вверх руки, переворачиваются с боку на бок. После чего делают упражнения, сопровождающиеся текстом, который им особенно нравится («Киски просыпаются», «Крабик», «Змейка»). После гимнастики дети проходят по ребристой или массажной дорожке здоровья, что усиливает оздоровительный эффект.

 Важно помнить, что темп пробуждения у детей разный, разная и степень выраженности эмоционального реагирования. Поэтому необходимо улавливать настроение детей, подбадривать тех, у кого фон настроения после сна снижен. Слова упражнения проговаривать в спокойном темпе, с радостными интонациями.

 Важность гимнастики пробуждения нельзя недооценивать. Она развивает дыхательную мускулатуру, увеличивает подвижность грудной клетки и диафрагмы, улучшает кровообращение в легких, деятельность сердечно - сосудистой системы, укрепляет мышцы спины, стопы, повышает концентрацию внимания.

**I. Самомассаж:**

1. Лежа на спине растереть ладони, погладить руки от кистей вверх.

2. Ладонями растереть ушные раковины "умыться".

3. Круговыми движениями растереть заднюю часть шеи.

4. Самомассаж плечевых суставов.

5. Самомассаж коленных суставов, исходное положение: ноги согнуты в колене.

6. Самомассаж ступней,

исходное положение: левая ступня лежит на бедре правой ноги.

7. Погладить живот по часовой стрелке.

**II. Потягивание:**

Руки вверх, ноги поочередно и вместе вперед. Пятку вперед - пальцы на себя (5 секунд). Расслабление 2-3 секунды. По 3-5 раз каждой ногой и обеими. Дыхание спокойное.

**III. Цикл полного дыхания (3 раза).**

Вдох: 1—> 2—> 3—>

живот, грудь, плечи

Выдох:!—-> 2—> 3—->

**IV. Комплекс статических управлений.**

**1.** **Поза жучка**.

Лежа на спине охватить согнутые в коленях ноги, прижать к животу, стараясь лбом или подбородком коснуться коленей (2-3 раза). Удерживать 5-6 секунд, расслабление 2-3 сек.

**2.** **Поза угла.**

Лежа на спине, руки вдоль туловища. Поднять прямые ноги (5-6 см), держать 5 сек, расслабиться.

**3.** **Поза мостика**.

Согнуть ноги в коленях, приподнять таз. Опираться на ступни ног, лопатки **и** затылок(6-8 сек).

**4.** **Поза кузнечика.**

Лежа на животе, подбородком касаться опоры. Руки вдоль тела, ладонями вниз. Поднять прямые ноги и руки (3-4 сек.), расслабиться (1-3 сек).

**5**. **Поза змеи**.

Лежа на животе, ноги вместе, руки согнуты в локтях, ладони на уровне груди. На вдохе, опираясь на выпрямленные руки, медленно поднять вверх часть туловища, прогнуться (5-6 сек). На выдохе опуститься, расслабиться.

**6.** **Поза лебедя.**

Встать на колени, сесть на пятки. Прямые руки за спиной сомкнуть в замок. Выдыхая, накопиться вперед, плавно поднимая руки как можно выше. Лбом коснуться пола. Удерживать 10 сек.

**7**. **Поза льва.**

Исходное положение то же, ладони на колени. Спина прямая, смотреть перед собой. Открыть рот, максимально высунуть язык, пальцы рук с напряжением развести в стороны. Удерживать 5-10 сек., 5 раз.

**8.** **Поза горы**.

Сидя на коленях соединить руки в замок над головой. Вывернуть кисти ладонями вверх, потянуться к потолку, спина прямая. (Позвоночник "растет", вытягивается вверх, как бы толкаем ладонями потолок). Дыхание спокойное, повторить 2-3 раза.

**9.** **Поза дерева**.

Стать прямо, ноги вместе, руки опущены. Развести руки в стороны ладонями вниз. Расправить плечи, грудную клетку. Смотреть прямо перед собой. Тянуться за руками влево и вправо одновременно. Ладони разворачивать вверх. ("Руки-ветки дерева, которые тянуться в стороны. Каждая ветка хочет наклонить дерево в свою сторону, но ствол крепкий, не двигается с места"). Напряжение 20 сек. - расслабление, 2-3 спокойных вдоха.

**10. Солнечная поза.**

Исходное положение: стать прямо, ноги вместе. Медленно поднять руки вверх и прогнуться. Потянуться, внимание на ладонях (повернуты в стороны, вверх, пальцы растопырены). Дыхание спокойное. ("Солнце светит, потянитесь навстречу теплым лучам. Ваше тело наливается упругой силой, бодростью, энергией, становиться стройным, сильным, гибким. Солнечные лучи проникают в каждую клеточку вашего организма"). Удерживать 20 сек, медленно опустить руки, 2-3 вдоха и выдоха опустив голову.

***Комплекс бодрящей гимнастики № 1***

|  |  |
| --- | --- |
| *I Упражнение в кровати:*1. Светит солнышко в окошке

Смотрит в нашу комнатуМы захлопаем в ладошиОчень рады солнышку.1. Разбудили нос,

Разбудили уши.1. Разбудили рот
2. Разбудили глазки
 | Дети просыпаются, хлопают в ладошипотираемзеваем, открываем, закрываем глазки (3-4 раза) |
| *II Упражнение возле кровати:*1. Разбудили руки
2. Разбудили ноги
3. Ну, а чтоб совсем проснуться

Надо сильно потянуться1. Руки вверх, руки вниз

Чтоб совсем ты не раскис | рывки рукамимахи ногами3-4 раза |
| *III Закаливание:*Ходьба по дорожкам здоровья |  |
| *IV Упражнение на дыхание:*«Насос»Встать прямо, ноги вместе, руки опущены. Вдох, затем наклон туловища вдоль туловища в сторону – выдох. Руки скользят вдоль туловища в сторону, при этом произносить «с-с-с-с». Повторить 6-8 наклонов в каждую сторону. |  |

***Комплекс бодрящей гимнастики № 2«Маленькая колдунья»***

|  |  |
| --- | --- |
| *I Упражнение в кровати:*1. Жила – была в маленькой пещере маленькая колдунья.

Она жила одна и ей было скучно.Тогда колдунья решила:«Приготовлю - ка я волшебное зелье, которое всех детей на земле усыпит.И пока они будут спать, я буду играть в их игрушки.Вот повеселюсь!И однажды темной ночью колдунья собралась готовить колдовское усыпительное зелье.1. Посмотрела, нет ли кого рядом

Выбралась наружу.1. Сделал пещеру с помощью заклятий невидимых и отправилась за разным снадобьем
 | Просыпаемся и делаем из одеяла пещеруОткрываем один глаз, другой, высовываем голову.Выбираемся из - под одеяла, расправляем его. |
| *II Упражнение возле кровати:*1. «Темнота! Ничего не видно!

Где же луна? Вот она!1. Соберу - ка лунный свет,

Он в колдовстве очень нужен.1. А теперь для зелья мне нужны травки

Эта травка для невидимости,Эта для превращенияЭта травка для того, чтобы летатьБез чего еще не сварить колдовской отвар?Без лягушек! На болото надо идти. | Повороты головой вправо-влево, вверх-вниз.Тянемся вверх, встаем на носки Наклоны вперед,берем травки, выпрямляемся, «кладем в карман». |
| *III Закаливание:*1. Какая трясина!
2. Где мои лягушечки? Сейчас поймаю! Ага! Еще одна!
 | Прыгаем  |
| *IV Упражнение на дыхание:*Теперь пора бежать домой,Варить отварчик колдовской.Ух, устала. | Бег на местеВдох-выдох |

***Комплекс бодрящей гимнастики № 3 «Головастики»***

|  |  |
| --- | --- |
| *I Упражнение в кровати:*Мы братья головастикиЛюбители гимнастики.Ныряем, кувыркаемся,Всплываем, улыбаемся.Головастики спешатПревратиться в лягушат. | Лежа на спине, сгибаем одновременно руки и ноги.Стоя на четвереньках, опускаемся на кровать, расслабляемся.Лежа на спине имитируем плавание. |
| *II Упражнение возле кровати:*Все попрыгали в ушат,А потом в болото Где светило солнце.Ква-ква-ква,Хороша трава | Прыжки (изображая лягушек).Наклоны вперед, имитируя зачерп воды и плещем на лицо.Приседание . |
| *III Закаливание:*Там летали комары,Пых, пыхтели от жары. | Ходьба и бег по дорожкам здоровья. |
| *IV Упражнение на дыхание:*Лягушат они боялись,И за кочками скрывались.И взлетали высокоНам поймать их нелегко. | Продолжительный вдох через нос – присели.Выдох (з-з-з-з) – встаем, машем крыльями. |

***Комплекс бодрящей гимнастики № 4 «Просыпалочка - заряжалочка»***

|  |  |
| --- | --- |
| *I Упражнение в кровати:*1. Добрый день!

Скорей проснись!Солнцу шире улыбнись!1. Глазки открываются,

Реснички поднимаются.1. Дети просыпаются,

Друг другу улыбаются. | Потянулись лежа в кровати.Легкий массаж лица.Открывать и закрывать глазки.Лежа на спине, повороты головы влево, вправо. |
| *II Упражнение возле кровати:*1. Что за чудная зарядка

Как она нам помогает,Настроенье улучшаетИ здоровье укрепляет.1. Крепко кулачки сжимаем,

Руки выше поднимаем!1. Сильно – сильно наклонись

Солнцу шире улыбнись! | Растираю ладонями грудную клетку и предплечья.Медленно поднимаем руки вверх, сжимая и разжимая кулачки.Наклон вперед, руки на пояс. |
| *III Закаливание:*По дорожке ты пойдиГрибы, ягоды найди. | Ходьба по дорожкам здоровья. |
| *IV Упражнение на дыхание:*Дышим ровно, глубокоИ свободно и легко!Потянулись, улыбнулисьНаконец – то мы проснулись.Добрый день!Пора вставать,Заправлять свою кровать. | Глубокий вдох носом, выдох ртом |

***Комплекс бодрящей гимнастики № 5 «Вместе с солнышком»***

|  |  |
| --- | --- |
| Стало солнце просыпатьсяСтали детки просыпаться.Солнце лучики пустило,И ребяток разбудило.Им вставать уже пора,Ждет их новая игра.Для ручек, для ножек,Головки и спинки.Готовы они к воздушной разминке. | Потереть глазки кулачками |
| *I Упражнение в кровати:*Все проснулись? Потянулись!С боку на бок повернулись, -И на спинку все легли,Расшатались как могли.Ручки вверх и ножки вверх,Пошалить сейчас не грех. | Лежа на спинеУпражнение «жучок» |
| *II Упражнение возле кровати:*Сели! Посидели!Головой повертели.Вправо, влево, вбок, вперед,А потом наоборот.Руки вверх поднялиИми помахали | Приседание Махи руками |
| *III Закаливание:*Все скорее всталиИ дружно пошагали.По траве, по песочку,По камушкам, по кочкам.Ножки закаляются, Детки не пугаются. | Ходьба по резиновым коврикам, камушкам, массажным дорожкам |
| *IV Упражнение на дыхание:*Вот уже домой пораЖдут вас дома детвора.Будут детки смелыми,Ловкими, умелымиВырастут большимиСтанут вот такими! | Упражнение на дыхание «домик»Потягиваются  |

***Комплекс бодрящей гимнастики № 6 «Кисонька - мурысонька»***

|  |  |
| --- | --- |
| *I Упражнение в кровати:*На скамейке у окошкаУлеглась и дремлет кошка.Киска глазки открывай!День зарядкой начинай!Захотела наша кошкаКогти поточить немножко. | Свернуться калачиком, ноги подтянуть к голове.Открывают глаза, обводят глазами комнату.Лежа на спине поднимают согнутые в коленях ноги к животу. Подняв руки вверх делают царапающие движения. |
| *II Упражнение возле кровати:*Кошка хвостиком махнет,Спинку плавно разогнет. | Повороты головы влево, вправо,Наклоны вперед, назад, руки вверх |
| *III Закаливание:*Кошка умывается,Лапкой утирается. |  |
| *IV Упражнение на дыхание:*Спинку выгибаетНас она не знает! | Стоя на коленях, выгибают спинку – вдох - выдох (звук ш-ш-ш) |