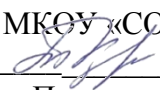


Дошкольные группы МКОУ «СОШ №8» г. Кирова

Принята на заседании  
педсовета  
Протокол № 4 «30» августа 2022г.



Утверждаю:  
Директор МКОУ «СОШ №8» г. Кирова  
  
Т.Г. Куричева  
Приказ от 01.09.2022г. № 30

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

подготовительной группы «Знайки» (6-7 лет),

составлена на основе инновационной программы ДО  
«От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой

Срок реализации программы - один учебный год

Воспитатели:  
Васина Т.Н.  
Сынчикова А.А.

г.Киров, 2022г.  
Содержание Программы

№ п/п	Содержание	Стр.
<b>И. Целевой раздел Программы</b>		
1.1.	Пояснительная записка: цели и задачи Программы	3
1.2.	Принципы и подходы	4
1.3.	Значимые характеристики для реализации Программы	5
1.4.	Планируемые результаты освоения Программы	6
1.5.	Формы, способы, методы, средства реализации Программы	8
<b>II. Содержательный раздел Программы</b>		
2.1.	Содержание образования по образовательным областям	10
2.2.	Вариативная часть: туристско-краеведческая программа «Отчий край»	28
2.3.	Учебный план	29
2.4.	Особенности взаимодействия педагогов с семьёй	30
<b>III. Организационный раздел Программы</b>		
3.1.	Организация режима пребывания детей	32
3.2.	Система физкультурно-оздоровительной работы	35
3.3.	Развивающая предметно-пространственная среда группы	37
3.4.	Перечень методических пособий	40
<b>Приложения</b>		
	Приложение 1. «Список воспитанников группы»	41
	Приложение 2. «Примерное комплексно-тематическое планирование»	42
	Приложение 3. «Перспективный план работы с родителями»	43
	Приложение 4. «Расписание НОД на текущий год»	47
	Приложение 5. «Комплексы утренней гимнастики»	48
	Приложение 6. «Комплексы гимнастики после сна»	66
	Приложение 7. «Календарный план воспитательной работы дошкольных групп МКОУ «СОШ №8» г.Кирова на 2022-2023 учебный год»	76

## I. Целевой раздел Программы

### 1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа (далее – Программа) по развитию детей подготовительной группы дошкольных групп муниципального казенного образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 8» (далее ДГ) разработана в соответствии с ООП учреждения, в соответствии с введением в действие ФГОС ДО.

Рабочая программа по развитию детей средней группы обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 6 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям - физическому, социально - коммуникативному, познавательному, речевому и художественно – эстетическому. Реализуемая программа строится на принципе личностно–развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Закон «Об образовании в РФ» (N 273-ФЗ от 29.12. 2012 года)
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 N1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано Минюсте России 14.11.2013 N 30384)
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 N 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2013 N 30038)
- Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. Дорофеевой. М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2020
- Устав МКОУ «СОШ №8» г.Кирова

**Главной целью программы** является воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций. Для достижения этой цели поставлена задача — обеспечение оптимального сочетания классического дошкольного образования и современных образовательных технологий.

Программа нацелена на создание ПДР (пространство детской реализации) — поддержку детской инициативы, творчества, развитие личности ребенка, создание условий для самореализации. Перед воспитателем ставится ряд **первоочередных задач**, которые нужно решать для достижения поставленной цели:

- при проведении занятий использовать современные образовательные технологии, работать в зоне ближайшего развития (ЗБР), реализовывать деятельностный подход и принципы развивающего обучения, использовать на занятиях материал, соответствующий духовно-нравственным ценностям, историческим и национально-культурным традициям народов России;
- постоянно заботиться об эмоциональном благополучии детей, что означает теплое, уважительное, доброжелательное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям, проявление уважения к его индивидуальности, чуткость к его эмоциональным состояниям, чтобы каждый ребенок чувствовал себя в безопасности, был уверен, что его любят и о нем позаботятся;

- одинаково хорошо относиться ко всем детям независимо от пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей;
- проводить специальную работу над созданием детско-взрослого сообщества, основанного на взаимном уважении, равноправии, доброжелательности, сотрудничестве всех участников образовательных отношений (детей, педагогов, родителей);
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, воспитание у дошкольников таких качеств, как:
  - патриотизм, любовь к Родине, гордость за ее достижения;
  - уважение к традиционным ценностям: любовь к родителям, уважение к старшим, заботливое отношение к малышам, пожилым людям и пр.;
  - традиционные гендерные представления;
  - нравственные основы личности — стремление в своих поступках следовать положительному примеру (быть «хорошим»);
- постоянная работа над созданием ПДР, что означает:
  - поддержка и развитие детской инициативы, помощь в осознании и формулировке идеи, реализации замысла;
- предоставление свободы выбора способов самореализации, поддержка самостоятельного творческого поиска;
  - личностно-ориентированное взаимодействие, поддержка индивидуальности, признание уникальности, неповторимости каждого ребенка;
  - уважительное отношение к результатам детского труда и творчества;
  - создание условий для представления (предъявления, презентации) своих достижений социальному окружению;
  - помощь в осознании пользы, признании значимости полученного результата для окружающих.
- развитие познавательного интереса, стремления к получению знаний, формирование положительной мотивации к дальнейшему обучению в школе, вузе. Формирование отношения к образованию как к одной из ведущих жизненных ценностей;
- в организации и содержании образования учитывать природно-географическое и культурно-историческое своеобразие региона, воспитывать интерес и уважение к родному краю;
- использовать все возможности для создания современной предметно-пространственной среды в соответствии с требованиями программы «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»;
- осуществлять эффективное взаимодействие с семьями воспитанников, в том числе:
  - обеспечивать открытость дошкольного образования: открытость и доступность информации, регулярность информирования, свободный доступ родителей в пространство детского сада;
  - обеспечение максимального участия родителей в образовательном процессе (участие родителей в мероприятиях, образовательном процессе, в решении организационных вопросов и пр.);
  - обеспечение педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
  - обеспечение единства подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи.

## **1.2. Принципы и подходы к формированию Программы:**

Программа реализует следующие основные принципы и положения:

- обеспечивает всестороннее развитие ребёнка, реализует принцип возрастного соответствия;
- сочетает принцип научной обоснованности и практической применимости;
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности;
- объединяет обучение и воспитание;
- придерживается принципа позитивной социализации детей;
- обеспечивает преемственность;

- реализует принцип индивидуализации дошкольного образования;
- базируется на личностно – ориентированном взаимодействии взрослого с ребёнком;
- предусматривает учёт региональной специфики;
- реализует принцип открытости дошкольного образования;
- предусматривает эффективное взаимодействие с семьями воспитанников;
- использует преимущества сетевого взаимодействия;
- предусматривает создание современной информационно-образовательной среды;
- предлагает механизм профессионального и личностного роста педагога.

Программа формируется с учётом особенностей базового уровня системы общего образования с целью формирования общей культуры личности воспитанников, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности.

Учитываются также возраст детей и необходимость реализации образовательных задач в разных видах деятельности.

### **1.3. Значимые характеристики для реализации Программы**

Работа ориентирована на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям развития и образования детей.

Приоритетное направление работы в группе направлено на познавательное развитие, а именно на активную познавательно – исследовательскую деятельность детей, через различные виды технологий и форм работы.

#### **Возрастные особенности психофизического развития детей (от 6 до 7 лет)**

Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т.п. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя автобуса, ребенок командует пассажирами и подчиняется инспектору ГИБДД. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры. Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия и т.п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т.п. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т.п. Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями. При правильном педагогическом подходе у дошкольников формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности. К подготовительной к школе группе дети в значительной степени осваивают конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся

симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки. Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям. В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям — он важен для углубления их пространственных представлений. Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных. У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков. Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроизвести на листе бумаги образец, на котором нарисованы девять точек, расположенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метрические отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени ограничиваются наглядными признаками ситуации. Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить многочисленными влияниями которым подвергаются дети, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов. Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут. У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д. В результате правильно организованной образовательной работы у детей развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи. В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника. К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

#### **1.4. Планируемые результаты освоения Программы.**

Образовательные результаты, по определению, это результаты, достигнутые в процессе образовательной деятельности. Для целей

дошкольного образования будем их классифицировать следующим образом:  
**Мотивационные образовательные результаты** — это сформированные в образовательном процессе первичные ценностные представления, мотивы, интересы, потребности, система ценностных отношений к окружающему миру, к себе, другим людям, инициативность, критическое мышление.  
**Универсальные образовательные результаты** — это развитие общих способностей (когнитивных — способности мыслить, коммуникативных — способности взаимодействовать, регуляторных — способности к саморегуляции своих действий).  
**Предметные образовательные результаты** — это усвоение конкретных элементов социального опыта и в том числе элементарных знаний, составляющих предпосылки научного представления о мире, предметных умений и навыков.

### **Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)**

#### **Мотивационные образовательные результаты**

##### ***Ценностные представления и мотивационные ресурсы***

- Инициативность.
- Позитивное отношение к миру, к другим людям вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.
- Позитивное отношения к самому себе, чувство собственного достоинства, уверенность в своих силах.
- Позитивное отношение к разным видам труда, ответственность за начатое дело.
- Сформированность первичных ценностных представлений о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремление поступать правильно, «быть хорошим».
- Патриотизм, чувство гражданской принадлежности и социальной ответственности.
- Уважительное отношение к духовно-нравственным ценностям, историческим и национально-культурным традициям народов нашей страны.
- Отношение к образованию как к одной из ведущих жизненных ценностей.
- Стремление к здоровому образу жизни.

#### **Предметные образовательные результаты**

##### ***Знания, умения, навыки***

- Овладение основными культурными способами деятельности, необходимыми для осуществления различных видов детской деятельности.
- Овладение универсальными предпосылками учебной деятельности — умениями работать по правилу и по образцу, слушать взрослого и выполнять его инструкции.
- Овладение начальными знаниями о себе, семье, обществе, государстве, мире.
- Овладение элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т. п., знакомство с произведениями детской литературы.
- Овладение основными культурно-гигиеническими навыками, начальными представлениями о принципах здорового образа жизни.
- Хорошее физическое развитие (крупная и мелкая моторика, выносливость, владение основными движениями).
- Хорошее владение устной речью, сформированность предпосылок грамотности

#### **Универсальные образовательные результаты**

##### ***Когнитивные способности***

- Любознательность.
- Развитое воображение.

- Умение видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, находить оптимальные пути решения.
- Способность самостоятельно выделять и формулировать цель.
- Умение искать и выделять необходимую информацию.
- Умение анализировать, выделять главное и второстепенное, составлять целое из частей, классифицировать, моделировать.
- Умение устанавливать причинно-следственные связи, наблюдать, экспериментировать, формулировать выводы.
- Умение доказывать, аргументированно защищать свои идеи.
- Критическое мышление, способность к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения.

#### ***Коммуникативные способности***

- Умение общаться и взаимодействовать с партнерами по игре, совместной деятельности или обмену информацией.
- Способность действовать с учетом позиции другого и согласовывать свои действия с остальными участниками процесса.
- Умение организовывать и планировать совместные действия со сверстниками и взрослыми.
- Умение работать в команде, включая трудовую и проектную деятельность.

#### ***Регуляторные способности***

- Умение подчиняться правилам и социальным нормам.
- Целеполагание и планирование (способность планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели).
- Прогнозирование.
- Способность адекватно оценивать результаты своей деятельности.
- Самоконтроль и коррекция.

### **Планируемые результаты освоения дополнительных программ**

Ребёнок имеет первичные представления о своей семье, родном городе, природе Калужской области, истории родного края, о людях, прославивших Кировский район. Может рассказать о своём родном городе, знает его символику. Знает представителей растительного и животного мира Кировского района.

#### **1.5.Формы, способы, методы, средства реализации Программы**

- **Формы реализации Программы:**

<b>Направление</b>	<b>Формы организации работы</b>
<i>Физическое развитие</i>	Совместная деятельность (тематические, игровые, интеллектуальные, с элементами логоритмики корригирующей гимнастики и др.), утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, индивидуальная работа, праздники, развлечения, спортивные досуги, семейные праздники.
<i>Познавательное, речевое и социально-коммуникативное</i>	Внедрение опытно-исследовательской деятельности, детское экспериментирование, занятие,



<i>развитие</i>	индивидуальная работа, дидактические и ролевые игры, экскурсии, беседы, наблюдение, чтение художественной литературы и обязательные обсуждения прочитанного, театрализованная деятельность, взаимодействие с другими социокультурными объектами, совместная деятельность с родителями.
<i>Художественно - эстетическое развитие</i>	Занятия, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, организация выставок детского творчества, участие в конкурсах, подготовка выступлений для различных аудиторий, наблюдения, экскурсии.

• **Методы и средства реализации Программы:**

<b>Методы</b>	<b>Средства</b>
<b>Словесные методы:</b> рассказ, объяснение, беседа, толкование (разъяснение понятия), поручение, анализ ситуаций, обсуждение, увещание, работа с книгой, пояснения, указания, подача команд, распоряжений, сигналов; вопросы к детям, образный сюжетный рассказ, словесные инструкции (инструкции-констатации, инструкции-комментарии, инструкции-интерпретации), выразительное чтение и рассказывание худ. произведений, повторное чтение, заучивание наизусть	<b>устное или печатное слово:</b> Фольклор: песни, потешки, заклички, сказки, пословицы, былины; поэтические и прозаические произведения (стихотворения, литературные сказки, рассказы, повести и др.); скороговорки, загадки и др.
<b>Наглядные методы:</b>	Наблюдаемые объекты, предметы, явления; наглядные пособия, образцы, использование персонажей различных театров
Метод иллюстрирования	Предполагает применение картинок, рисунков, изображений, символов, иллюстрированных пособий: плакатов, картин, карт, репродукций, зарисовок и карточек, алгоритмов, атрибутов для игр
Метод демонстрации (использование технических средств для аудио и видео ряда)	Связан с демонстрацией объектов, опытов, мультфильмов, кинофильмов, диафильмов, прослушивания музыки и др.
Метод показа	Различные действия и движения, манипуляции с предметами, имитирующие движения и др.
<b>Методы практического обучения</b> Упражнения (устные,	Скороговорки, стихотворения. Музыкально-ритмические движения, этюды-драматизации. Дидактические, музыкально-дидактические игры.

<p>графические, двигательные (для развития общей и мелкой моторики) и трудовые) Приучение. Обсуждение ситуаций взаимодействия в ходе игры и творческой деятельности. Технические и творческие действия</p>	<p>Различный материал для продуктивной и творческой деятельности. Конструкторы. Знаково-символические обозначения ориентиров. Изучение правил взаимодействия в групповой деятельности</p>
<p><b>Методы проблемного обучения</b> Элемент проблемности. Познавательное проблемное изложение. Диалогическое проблемное изложение. Эвристический или поисковый метод. Элементарный анализ; сравнение по контрасту и подобию, сходству; группировка и классификация; моделирование и конструирование; приучение к самостоятельному поиску ответов на вопросы</p>	<p>Рассказы, содержащие проблемный компонент; картотека логических задач и проблемных ситуаций; объекты и явления окружающего мира; различный дидактический материал; материал для экспериментирования, задачи на решение коммуникативных ситуаций</p>

## II. Содержательный раздел Программы

### 2.1. Содержание психолого-педагогической работы по образовательным областям

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие образовательные области:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно эстетическое развитие;
- физическое развитие.

#### ОО «Социально-коммуникативное развитие»

##### *Формирование первичных ценностных представлений*

**Образ Я.** Развивать представление о временной перспективе личности, об изменении позиции человека с возрастом (ребенок посещает детский сад, школьник учится, взрослый работает, пожилой человек передает свой опыт другим поколениям). Углублять представления ребенка о себе в прошлом, настоящем и будущем. Углублять представления детей о дальнейшем обучении, формировать элементарные знания о специфике школы, колледжа, вуза; воспитывать **нацеленность на дальнейшее обучение**, формировать понимание того, что хорошее образование необходимо любому человеку. Приучать детей — будущих школьников — проявлять инициативу в получении новых знаний. Воспитывать **осознанное отношение к своему будущему** (к своему образованию, к своему здоровью, к своей деятельности, к своим достижениям), стремление

быть полезным обществу. Формировать понимание того, что все зависит от самого человека — его трудолюбия, настойчивости, веры в себя. Продолжать воспитывать **самоуважение, чувство собственного достоинства, уверенность в своих силах** и возможностях. Воспитывать **инициативность и творческий подход**, создавать для поддержания детской инициативы ПДР — пространство детской реализации (возможность для каждого ребенка проявить инициативу, сформулировать и реализовать свою идею, предъявить результат сообществу и увидеть (осознать) полезность своего труда для окружающих). Закреплять **традиционные гендерные представления**, продолжать развивать в мальчиках и девочках качества, свойственные их полу. **Нравственное воспитание.** Воспитывать уважительное отношение к окружающим, заботливое отношение к малышам, пожилым людям; учить помогать им. Воспитывать стремление в своих поступках следовать положительному примеру (быть хорошим). Создавать условия для развития социального и эмоционального интеллекта детей, развивать стремление и умение справедливо оценивать свои поступки и поступки сверстников. Поощрять проявление таких качеств, как сочувствие, отзывчивость, справедливость, скромность. Продолжать воспитывать уважение к традиционным семейным ценностям; уважительное отношение и чувство принадлежности к своей семье, любовь и уважение к родителям. Учить проявлять заботу о близких людях, с благодарностью принимать заботу о себе. Расширять представления детей об истории семьи в контексте истории родной страны (роль каждого поколения в разные периоды истории страны). Рассказывать детям о воинских наградах дедушек, бабушек, родителей, развивать интерес к профессиям родителей и месту их работы.

**Патриотическое воспитание.** Продолжать развивать интерес и любовь к родному краю, расширять **представления о малой родине.** Продолжать знакомить с достопримечательностями региона, в котором живут дети. Продолжать знакомить с профессиями, связанными со спецификой родного города (поселка). На основе расширения знаний об окружающем воспитывать **патриотические и интернациональные чувства, любовь к Родине.** Углублять и уточнять представления о нашей Родине — России. Закреплять представления о том, что в нашей стране мирно живут люди разных национальностей, воспитывать уважение к людям разных национальностей, интерес к их культуре и обычаям. Продолжать знакомить с государственными символами, закреплять знания о флаге, гербе и гимне России (гимн исполняется во время праздника или другого торжественного события; когда звучит гимн, все встают, а мужчины и мальчики снимают головные уборы). Расширять знания о государственных праздниках. Расширять представления о Москве — главном городе, столице России.

Рассказать, что Россия — самая большая страна мира, показать Россию и Москву на карте. Поощрять интерес детей к событиям, происходящим в стране, воспитывать чувство гордости за ее достижения. Рассказывать детям о Ю.А. Гагарине и других героях космоса. Углублять знания о Российской армии. Воспитывать уважение к защитникам Отечества, к памяти павших бойцов (возлагать с детьми цветы к обелискам, памятникам и т.д.).

### ***Развитие коммуникативных способностей***

Развитие общения, готовности к сотрудничеству. Развивать умение самостоятельно объединяться для совместных занятий (игры, труда, проектов и пр.) способность совместно заниматься выбранным делом, договариваться,

планировать, обсуждать и реализовывать планы, воспитывать в детях организаторские способности, развивать инициативу. Формировать отношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Воспитывать доброжелательность, готовность выручить сверстника; умение считаться с интересами и мнением товарищей, умение слушать собеседника, не перебивать, спокойно отстаивать свое мнение, справедливо решать споры. Формирование детско-взрослого сообщества. Способствовать формированию уважительного отношения и чувства принадлежности к сообществу детей и взрослых в детском саду, воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми. Развивать у детей интерес к общегрупповым (общесадовским) событиям и проблемам, формировать потребность к совместному обсуждению и самостоятельному решению основных вопросов (на утреннем и вечернем круге и пр.). Поддерживать совместные инициативы в проектной (творческие, исследовательские и нормотворческие проекты), продуктивной (коллективные работы), событийной, игровой и других видах деятельности; в организации мероприятий. Привлекать детей к созданию развивающей среды дошкольного учреждения (мини-музеев, выставок, библиотеки, конструкторских мастерских и др.), к оформлению и обустройству группы. Обращать внимание детей на эстетику окружающего пространства (оформление помещений, участка детского сада, парка, сквера). Учить выделять радующие глаз компоненты окружающей среды (окраска стен, мебель, оформление участка и т.п.). Формировать умение эстетически оценивать окружающую среду, высказывать оценочные суждения, обосновывать свое мнение. Воспитывать восприятие пространства детского сада как «второго дома» с соответствующими правами и обязанностями.

### ***Развитие регуляторных способностей***

Освоение общепринятых правил и норм. Воспитывать организованность, дисциплинированность; развивать волевые качества: умение ограничивать свои желания, выполнять установленные нормы поведения, в том числе выполнять совместно установленные правила группы. Продолжать формировать основы культуры поведения и вежливого общения; воспитывать привычку без напоминаний использовать в общении со сверстниками и взрослыми формулы словесной вежливости (приветствие, прощание, просьбы, извинения). Развитие целенаправленности, саморегуляции. Воспитывать организованность; развивать волевые качества, самостоятельность, целенаправленность и саморегуляцию своих действий, воспитывать умение доводить начатое дело до конца. Расширять представления детей об их обязанностях, прежде всего в связи с подготовкой к школе.

### ***Формирование социальных представлений, умений и навыков.***

**Развитие игровой деятельности.** Продолжать развивать у детей самостоятельность в организации игр, выполнении игровых правил и норм. Продолжать формировать способность совместно развешивать игру, согласовывая собственный игровой замысел с замыслами сверстников; умение договариваться, планировать и обсуждать совместные действия. Продолжать воспитывать в игре инициативу, организаторские способности, развивать творческое воображение. Продолжать учить детей брать на себя различные роли в соответствии с сюжетом игры; использовать атрибуты, конструкторы,

строительный материал, побуждать детей по-своему обустроить собственную игру, самостоятельно подбирать и создавать недостающие для игры предметы (билеты для игры в театр, деньги для покупок).

Способствовать творческому использованию в играх представлений об окружающей жизни, впечатлений от произведений литературы, мультфильмов.

**Развитие навыков самообслуживания.** Закреплять умение детей правильно пользоваться столовыми приборами (ножом, ложкой, вилкой); самостоятельно следить за чистотой одежды и обуви, замечать и устранять беспорядок в своем внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, причёске.

Закреплять умение самостоятельно одеваться и раздеваться, складывать в шкаф одежду, ставить на место обувь, сушить при необходимости мокрые вещи, ухаживать за обувью (мыть, протирать, чистить);

аккуратно убирать за собой постель после сна. Учить самостоятельно и своевременно готовить материалы и пособия к занятию, без напоминания убирать свое рабочее место.

**Приобщение к труду.** Развивать творческую инициативу, способность реализовывать себя в разных видах труда и творчества. Продолжать формировать осознанное отношение и интерес к своей деятельности, умение достигать запланированного результата, воспитывать трудолюбие.

Учить детей старательно, аккуратно выполнять поручения, беречь материалы и предметы, убирать их на место после работы.

Воспитывать желание участвовать в совместной трудовой деятельности наравне со всеми, стремление быть полезным окружающим, радоваться результатам коллективного труда.

Учить детей поддерживать порядок в группе и на участке детского сада, добросовестно выполнять обязанности дежурных по столовой (сервировать стол, приводить его в порядок после еды), формировать навык ответственно относиться к обязанности дежурного

в уголке природы (поливать комнатные растения; фиксировать необходимые данные в календаре природы и т.д.). Прививать интерес к труду в природе, привлекать к посильному участию.

Расширять представления о труде взрослых, о значении их труда для общества. Воспитывать уважение к людям труда.

**Формирование основ безопасности.** Продолжать знакомить с **правилами безопасного поведения на природе**, уточнять и расширять представления о таких явлениях природы, как гроза, гром,

молния, ураган, знакомить с правилами поведения человека в этих условиях. Продолжать формировать **навыки безопасного поведения на дорогах**.

Систематизировать знания детей об устройстве улицы, о дорожном движении. Знакомить с понятиями «площадь»,

«бульвар», «проспект». Продолжать знакомить с дорожными знаками — предупреждающими, запрещающими и информационно-указательными. Расширять представления детей о работе ГИБДД.

Подводить детей к осознанию необходимости соблюдать правила дорожного движения. Воспитывать культуру поведения на улице и в общественном транспорте.

Продолжать приучать к заботе о **безопасности собственной жизнедеятельности**. Подвести детей к пониманию необходимости соблюдать меры предосторожности, учить оценивать свои возможности по преодолению опасности.

Развивать свободную ориентировку в пределах ближайшей к детскому саду местности.

Формировать умение находить дорогу из дома в детский сад на схеме местности.

Закреплять умение называть свое имя, фамилию, отчество, возраст,

дату рождения, домашний адрес, телефон, имена и отчества родителей, их профессии. Закреплять знание правил безопасного поведения во время игр в разное время года (купание в водоемах, катание на велосипеде, катание на санках, коньках, лыжах и др.). Формировать у детей навыки поведения в ситуациях: «Один дома», «Потерялся», «Заблудился». Формировать умение обращаться за помощью к взрослым. Расширять знания детей о работе МЧС, пожарной службы, службы скорой помощи. Уточнять знания о работе пожарных, правилах поведения при пожаре. Закреплять знания о том, что в случае необходимости взрослые звонят по телефонам «101», «102», «103».

## ОО «Познавательное развитие»

### **Развитие когнитивных способностей**

**Сенсорное развитие.** Развивать зрение, слух, обоняние, осязание, вкус, сенсомоторные способности.

Совершенствовать координацию руки и глаза; развивать мелкую моторику рук в разнообразных видах деятельности.

Развивать умение созерцать предметы, явления (всматриваться, вслушиваться), направляя внимание на более тонкое различие их качеств. Учить выделять в процессе восприятия несколько качеств предметов; сравнивать предметы по форме, величине, строению, положению в пространстве, цвету; выделять характерные детали, сочетания цветов и оттенков, различные звуки (*музыкальные, природные, звуки улицы* и др.).

Побуждать применять разнообразные способы обследования предметов (*наложение, приложение, измерение, сравнение по количеству, размеру, весу* и т.д.).

Развивать умение классифицировать предметы по общим качествам (*форме, величине, строению, цвету*).

Закреплять знания детей о хроматических (цвета спектра) и ахроматических (*белый, черный и оттенки серого*) цветах.

**Развитие познавательных действий.** Создавать условия для самостоятельного установления связей и отношений между системами объектов и явлений с применением различных средств. Совершенствовать действия экспериментального характера, направленные на выявление скрытых свойств объектов.

Развивать умение добывать информацию различными способами, учить определять оптимальный способ получения необходимой информации в соответствии с условиями и целями деятельности.

Продолжать развивать умение самостоятельно действовать в соответствии с предлагаемым алгоритмом; ставить цель, составлять соответствующий собственный алгоритм; обнаруживать несоответствие

результата и цели; корректировать свою деятельность. Учить детей самостоятельно составлять модели и использовать их в познавательно-исследовательской деятельности.

Продолжать развивать навыки учебной деятельности: внимательно слушать воспитателя, действовать по предложенному им плану, а также самостоятельно планировать свои действия, выполнять поставленную умственную задачу, правильно оценивать результаты своей деятельности.

**Проектная деятельность.** Развивать проектную деятельность всех типов (*исследовательскую, творческую, нормативную*).

В исследовательской проектной деятельности формировать умение уделять внимание анализу эффективности источников информации.

Поощрять обсуждение проекта в кругу сверстников. Содействовать творческой проектной деятельности индивидуального

и группового характера, поддерживать инициативу и самостоятельность в создании идеи и реализации проекта, создавать условия для презентации результата. В работе над нормативными проектами (нормотворчество) поощрять обсуждение детьми соответствующих этим проектам ситуаций и отрицательных последствий, которые могут возникнуть при нарушении установленных норм. Помогать детям в символическом отображении ситуации, проживании ее основных смыслов и выражении их в образной форме.

**Дидактические игры.** Продолжать учить детей играть в различные настольные игры (*лото, мозаика, бирюльки* и др.). Развивать умение организовывать игры, исполнять роль ведущего. Учить согласовывать свои действия с действиями ведущего и других участников игры.

Развивать в игре сообразительность, умение самостоятельно решать поставленную задачу. Содействовать проявлению и развитию в игре необходимых для подготовки к школе качеств: произвольного поведения, ассоциативно-образного и логического мышления, воображения, познавательной активности.

### **Формирование элементарных математических представлений**

**Количество, счет.** Развивать общие представления о множестве: умение формировать множества по заданным основаниям, видеть составные части множества, в которых предметы отличаются определенными признаками.

Упражнять в объединении, дополнении множеств, удалении из множества части или отдельных его частей. Устанавливать отношения между отдельными частями множества, а также целым множеством и каждой его частью на основе счета, составления пар предметов или соединения предметов стрелками. Совершенствовать навыки количественного и порядкового счета в пределах 10. Познакомить со счетом в пределах 20 без операций над числами.

Знакомить с числами второго десятка. Закреплять понимание отношений между числами натурального ряда (*7 больше 6 на 1, а 6 меньше 7 на 1*), умение увеличивать и уменьшать каждое число на 1 (*в пределах 10*).

Учить называть числа в прямом и обратном порядке (*устный счет*), последующее и предыдущее число к названному или обозначенному цифрой, определять пропущенное число.

Знакомить с составом чисел в пределах 10. Учить раскладывать число на два меньших и составлять из двух меньших большее (*в пределах 10, на наглядной основе*).

Познакомить с монетами достоинством 1, 5, 10 копеек, 1, 2, 5, 10 рублей (*различение, набор и размен монет*).

Учить на наглядной основе составлять и решать простые арифметические задачи на сложение (*к большому прибавляется меньшее*) и на вычитание (*вычитаемое меньше остатка*); при решении задач пользоваться знаками действий: плюс (+), минус (-) и знаками отношения равно (=), больше (>), меньше (<).

**Величина.** Учить считать по заданной мере, когда за единицу счета принимается не один, а несколько предметов или часть предмета. Делить предмет на 2–8 и более равных частей путем сгибания предмета (*бумаги, ткани* и др.), а также используя условную меру; правильно обозначать части целого (половина, одна часть из двух (одна

вторая), две части из четырех (две четвертых) и т.д.); устанавливать соотношение целого и части, размера частей; находить части целого и целое по известным частям. Формировать у детей первоначальные измерительные умения. Учить измерять длину, ширину, высоту предметов (*отрезки прямых линий*) с помощью условной меры (*бумаги в клетку*). Учить детей измерять объем жидких и сыпучих веществ с помощью условной меры. Дать представления о весе предметов и способах его измерения. Сравнивать вес предметов (тяжелее — легче) путем взвешивания их на ладонях. Познакомить с весами. Развивать представление о том, что результат измерения (*длины, веса, объема предметов*) зависит от величины условной меры.

**Форма.** Уточнить знание известных геометрических фигур, их элементов (вершины, углы, стороны) и некоторых их свойств. Дать представление о многоугольнике (на примере треугольника и четырехугольника), о прямой линии, отрезке прямой (определения не даются). Учить детей распознавать фигуры независимо от их пространственного положения, изображать, располагать на плоскости, упорядочивать по размерам, классифицировать, группировать по цвету, форме, размерам. Моделировать геометрические фигуры; составлять из нескольких треугольников один многоугольник, из нескольких маленьких квадратов — один большой прямоугольник; из частей круга — круг, из четырех отрезков — четырехугольник, из двух коротких отрезков — один длинный и т.д.; конструировать фигуры по словесному описанию и перечислению их характерных свойств; составлять тематические композиции из фигур по собственному замыслу. Учить детей делить геометрические фигуры на равные части (*круг на два полукруга, квадрат на два прямоугольника или на два треугольника* и пр.) Анализировать форму предметов в целом и отдельных их частей; воссоздавать сложные по форме предметы из отдельных частей по контурным образцам, по описанию, представлению.

**Ориентировка в пространстве.** Учить ориентироваться на ограниченной площади (*лист бумаги, учебная доска, страница тетради, книги* и т.д.); располагать предметы и их изображения в указанном направлении, отражать в речи их пространственное расположение (*вверху, внизу, выше, ниже, слева, справа, левее, правее, в левом верхнем (правом нижнем) углу, перед, за, между, рядом* и др.). Познакомить с планом, схемой, маршрутом, картой. Развивать способность к моделированию пространственных отношений между объектами в виде рисунка, плана, схемы. Учить «читать» простейшую графическую информацию, обозначающую пространственные отношения объектов и направление их движения в пространстве: слева направо, справа налево, снизу вверх, сверху вниз; самостоятельно передвигаться в пространстве, ориентируясь на условные обозначения (знаки и символы).

**Ориентировка во времени.** Дать детям элементарные представления о времени: его текучести, периодичности, необратимости, последовательности всех дней недели, месяцев, времен года. Учить пользоваться в речи понятиями: «сначала», «потом», «до», «после», «раньше», «позже», «в одно и то же время». Развивать «чувство времени», умение беречь время, регулировать свою деятельность в соответствии со временем; различать длительность отдельных временных интервалов (1 минута, 10 минут, 1 час). Учить определять время по часам с точностью до 1 часа.



### **Ознакомление с окружающим миром.**

**Предметное окружение.** Продолжать расширять и уточнять представления детей о предметном мире. Обогащать представления о видах транспорта (наземный, подземный, воздушный, космический, водный). Формировать представления о предметах, облегчающих труд людей на производстве (компьютер, роботы, станки и т.д.); об объектах, создающих комфорт и уют в помещении и на улице. Побуждать детей к пониманию того, что человек изменяет предметы, совершенствует их для себя и других людей, делая жизнь более удобной и комфортной. Расширять представления детей об истории создания предметов. Вызывать чувство восхищения совершенством рукотворных предметов и объектов природы. Формировать понимание того, что человек создал себе сам все, что не дала ему природа (нет крыльев, он создал самолет; нет огромного роста, он создал кран, лестницу и т.п.). Способствовать восприятию предметного окружения как творения человеческой мысли. Углублять представления о существенных характеристиках предметов, о свойствах и качествах различных материалов. Рассказывать,

что материалы добывают и производят (дерево, металл, ткань).  
**Природное окружение.** Поддерживать интерес детей к миру природы, создавать условия для проявления инициативы и творчества в ее познании, формировать желание самостоятельно добывать знания (экспериментируя, слушая книги, рассматривая иллюстрации и картины, наблюдая за природными объектами и явлениями и т.д.). Формировать элементарные представления об эволюции Земли (*возникновение Земли, эволюция растительного и животного мира*),

месте человека в природном и социальном мире. Развивать умение видеть красоту и своеобразие окружающей природы, учить передавать свое отношение к природе в речи и продуктивных видах деятельности.

**Неживая природа.** Учить обобщать и систематизировать представления о временах года (вести дневники наблюдения за погодой; оформлять альбомы о временах года; подбирать картинки, фотографии,

детские рисунки, рассказы и пр.). Формировать навык ответственно относиться к обязанности дежурного в уголке природы (фиксировать необходимые данные в календаре природы — время года, месяц, день недели, время суток, температуру, результаты наблюдений и т.д.). Рассказать об «особенных» днях года: день зимнего солнцестояния — 22 декабря (*самый короткий день в году*); день летнего солнцестояния — 22 июня (*самый длинный день в году*); дни весеннего (21 марта) и осеннего (22 сентября) равноденствия, когда день и ночь равны по длительности.

Расширять представления о погодных явлениях (*снег, иней, град, туман, дождь, ливень, ураган, метель* и т.п.).

Формировать первичные географические представления, развивать интерес к природному разнообразию Земли. Учить пользоваться картой и глобусом, показывать на карте и глобусе моря и континенты (*на Земле всего шесть континентов, или материков: Австралия, Антарктида, Африка, Евразия, Северная Америка, Южная Америка*).

Продолжать формировать первичные представления о климатических и природных зонах Земли: холодные климатические зоны (*арктика, антарктика*), умеренные климатические зоны (*леса, степи,*

*тайга*), жаркие климатические зоны (*джунгли, саванна, пустыня*). Развивать познавательный интерес детей, рассказывая о удивительных природных явлениях (полярный день и полярная ночь, северное

сияние и пр.) и фактах (например, когда у нас, в Северном полушарии, лето, в Австралии, в Южном полушарии, — зима и т.д.).

**Мир растений.** Развивать представления детей о растениях. Дать представление о том, что растения — живые существа, или, как говорят ученые, это одно из царств живой природы, для их роста и развития необходимы земля, вода, тепло, свет. Дать детям начальное представление об особенностях растительного мира в различных природных зонах (джунгли, тайга, пустыня, тундра и пр.). Подводить детей к умению делать элементарные выводы и умозаключения о приспособленности растений к среде обитания. Расширять представления о классификации растений: фрукты, овощи, ягоды (*лесные — садовые*), цветы (*садовые и луговые*), кусты и деревья (*садовые и лесные*). Рассказывая о грибах (*съедобные — несъедобные*), можно отметить, что грибы это не растение, что это отдельное царство живой природы и что в школе дети подробнее все узнают, если захотят.

Учить различать и называть некоторые растения по их частям и характерным признакам (*стволу, листьям, плодам*). Развивать интерес к природе родного края.

**Мир животных.** Расширять и систематизировать знания о животном мире, о первичной классификации: млекопитающие, птицы, рыбы, земноводные (*лягушки, жабы, тритоны*), пресмыкающиеся или рептилии (*ящерицы, черепахи, крокодилы, змеи*), насекомые, паукообразные (*пауки, скорпионы, тарантулы, клещи*), ракообразные (*раки, крабы, омары, креветки*).

Дать детям более полные представления о классе млекопитающих, обсудить, почему они так называются (*потому что выкармливают своих детенышей молоком*). Рассказать об основных отрядах класса млекопитающих (не для запоминания): насекомоядные (*еж, крот*),

рукокрылые (летучие мыши), грызуны (*мышь, дикобраз, суслик, хомяк, сурок, заяц, белка*), хищные (*волки, лисы, еноты, медведи, хорьки, барсуки, скунсы, выдры*),

ластоногие (*тюлени, морские котики, морские львы, сивучи, нерпы, моржи*), китообразные (*киты, дельфины, кашалоты*), парнокопытные (*свинья, бегемот, верблюд, жираф, олень, буйволы, бизоны, антилопы, газели*), непарнокопытные (*лошадь, зебра, осел, тапир, носорог*), хоботные (*слоны*), приматы (*лемуры, мартышки, человекообразные обезьяны и человек*).

Классификация животного мира — хорошая тема для коллективного проекта, если это заинтересует детей. Упражнять в умении группировать представителей мира животных по разным признакам: животные — дикие и домашние; птицы — домашние, лесные, городские; птицы — хищные и не хищные.

Дать представление о том, что в разных странах домашние животные разные (коровы и др. — в России, слоны — в Индии, ослы — в Азии, верблюды — в Африке, страусы — в Австралии и т.д.).

Развивать интерес и любопытство детей, умение сравнивать, анализировать и рассуждать, задавая «коварные» вопросы и приводя парадоксальные факты (*почему пингвин это птица, почему кит это не рыба и т.д.*).

Разширять представления о приспособлении животных к окружающей среде (перелетные птицы улетают в теплые края; медведи, ежи, змеи и пр. — впадают в зимнюю спячку, белки запасают корм на зиму, зайцы летом серые, а зимой белые и т.д.).

Подводить детей к умению самостоятельно делать элементарные выводы и умозаключения

о жизнедеятельности животных.

Разширять представления о некоторых жизненных циклах и метаморфозах (*превращениях*) в мире животных (*бабочка: яйцо, личинка (гусеница), куколка — бабочка; лягушка: икринка, головастик — лягушка; птица: яйцо, птенец — птица*).

**Экологическое воспитание.** Формировать элементарные экологические представления. Объяснять, что в природе все взаимосвязано. Учить устанавливать причинно-следственные связи между природными явлениями (*если исчезнут насекомые — опылители растений, то растения не дадут семян* и др.). Подвести к пониманию того, что жизнь человека на Земле во многом зависит от окружающей среды: чистый воздух, вода, лес, почва благоприятно сказываются на здоровье и жизни человека, что человек — часть природы, что он должен беречь, охранять и защищать ее. Воспитывать желание и умение правильно вести себя в природе (*любоваться красотой природы, наблюдать за растениями и животными, не нанося им вред*), учить самостоятельно делать элементарные выводы об охране окружающей среды. Знакомить с Красной книгой: что это такое, зачем она нужна, почему существуют разные книги для разных регионов. Познакомить с отдельными представителями животного и растительного мира, занесенными в Красную книгу России (*амурские тигры, белые медведи, зубры* и пр.).

**Социальное окружение.** Расширять осведомленность детей в сферах человеческой деятельности (*наука, искусство, производство и сфера услуг, сельское хозяйство*), представления об их значимости для жизни ребенка, его семьи, детского сада и общества в целом. Продолжать расширять представления о людях разных профессий. Дать детям представления о человеке труда: ответственность, аккуратность, добросовестность помогают создавать разные материальные и духовные ценности. Дать представление о том, что с одним объектом культуры, производства, социальным объектом всегда связан целый комплекс разнообразных профессий (*в театре работают: артисты, режиссеры, сценаристы, костюмеры, модельеры, декораторы, художники-оформители, билетеры, гардеробщицы, охранники, уборщицы* и пр.).

**Наша планета.** Рассказывать детям о том, что Земля — наш общий дом, на Земле много разных стран; о том, как важно жить в мире со всеми народами, знать и уважать их культуру, обычаи и традиции. Расширять представления дошкольников о своей принадлежности к человеческому сообществу, о детстве ребят в других странах. Дать представление о многообразии народов мира. Знакомить с элементами культуры (костюмы, внешний вид), обычаев (национальные блюда), государствами (название, флаг, столица) некоторых народов мира: в Европе англичане, итальянцы, испанцы, немцы, французы; в Азии — индусы, китайцы, японцы; в Африке — бедуины, египтяне, жители Конго; в Южной Америке — бразильцы, мексиканцы; в Северной Америке — американцы, канадцы. Показывать на карте, глобусе континенты и страны, заинтересовавшие детей. Поощрять детей к проектно-исследовательской деятельности на темы народов мира. Воспитывать интерес и уважение к другим народам.

## ОО «Речевое развитие»

### *Развитие речи*

**Развивающая речевая среда.** Совершенствовать речь как средство общения. Опираясь на опыт детей и учитывая их предпочтения, подбирать наглядные материалы для самостоятельного восприятия с последующим обсуждением с воспитателем и сверстниками. Уточнять высказывания детей, помогать им более точно характеризовать объект, ситуацию; учить высказывать предположения и делать простейшие выводы, излагать свои мысли понятно для

окужающих. Продолжать формировать умение отстаивать свою точку зрения. Приучать детей к самостоятельности суждений. Продолжать совершенствовать все стороны речи; учить детей пользоваться как краткой, так и распространенной формой ответа, в зависимости от характера поставленного вопроса, дополнять высказывания товарищей. Помогать осваивать формы речевого этикета.

**Формирование словаря.** Продолжать работу по обогащению бытового, природоведческого, обществоведческого словаря детей. Побуждать детей интересоваться смыслом слова. Совершенствовать умение использовать разные части речи в точном соответствии с их значением и целью высказывания. Помогать детям осваивать выразительные средства языка (*образные слова и выражения, эпитеты, сравнения*).

**Звуковая культура речи.** Совершенствовать умение различать на слух и в произношении все звуки родного языка. Отрабатывать дикцию: учить детей внятно и отчетливо произносить слова и словосочетания с естественными интонациями. Совершенствовать фонематический слух: учить называть слова с определенным звуком, находить слова с этим звуком в предложении, определять место звука в слове. Отрабатывать интонационную выразительность речи.

**Грамматический строй речи.** Продолжать упражнять детей в согласовании слов в предложении. Совершенствовать умение образовывать (по образцу) однокоренные слова, существительные с суффиксами, глаголы с приставками, прилагательные в сравнительной и превосходной степени. Помогать правильно строить сложноподчиненные предложения, использовать языковые средства для соединения их частей (*чтобы, когда, потому что, если, если бы* и т.д.).

**Связная речь.** Продолжать совершенствовать диалогическую и монологическую формы речи. Формировать умение вести диалог между воспитателем и ребенком, между детьми; учить быть доброжелательными и корректными собеседниками, воспитывать культуру речевого общения. Продолжать учить содержательно и выразительно пересказывать литературные тексты, драматизировать их. Совершенствовать умение составлять рассказы о предметах, о содержании картины, по набору картинок с последовательно развивающимся действием. Помогать составлять план рассказа и придерживаться его. Развивать умение составлять рассказы из личного опыта. Продолжать совершенствовать умение сочинять короткие сказки на заданную тему.

**Подготовка к обучению грамоте.** Дать представления о предложении (без грамматического определения). Упражнять в составлении предложений, членении простых предложений (без союзов и предлогов) на слова с указанием их последовательности. Учить детей делить двусложные и трехсложные слова с открытыми слогами (*наша Маша, малина, береза*) на части. Учить составлять слова из слогов (устно). Учить выделять последовательность звуков в простых словах.

### **Приобщение к художественной литературе.**

Продолжать развивать интерес детей к художественной литературе. Пополнять литературный багаж сказками, рассказами, стихотворениями, загадками, считалками, скороговорками. Воспитывать читателя, способного испытывать сострадание и сочувствие к героям книги, отождествлять себя с любимым персонажем.

Развивать у детей чувство юмора. Обращать внимание детей на выразительные средства (образные слова и выражения, эпитеты, сравнения); помогать почувствовать красоту и выразительность языка произведения; прививать чуткость к поэтическому слову. Продолжать совершенствовать художественно-речевые исполнительские навыки детей при чтении стихотворений, в драматизациях (эмоциональность исполнения, естественность поведения, умение интонацией, жестом, мимикой передать свое отношение к содержанию литературной фразы). Помогать детям объяснять основные различия между литературными жанрами: сказкой, рассказом, стихотворением. Продолжать знакомить детей с иллюстрациями известных художников.

## ОО «Художественно-эстетическое развитие»

### **Приобщение к искусству**

Развивать эстетическое восприятие, художественный вкус, эстетическое отношение к окружающему, к искусству и художественной деятельности; умение самостоятельно создавать художественные образы в разных видах деятельности. Поощрять активное участие детей в художественной деятельности по собственному желанию и под руководством взрослого. Знакомить с **историей и видами искусства** (*декоративно-прикладное, изобразительное искусство, литература, музыка, архитектура, театр, танец, кино, цирк*); формировать умение различать народное и профессиональное искусство. Воспитывать любовь и бережное отношение к произведениям искусства.

Формировать основы художественной культуры, закреплять знания об искусстве как виде творческой деятельности людей, организовать посещение выставки, театра, музея, цирка (совместно с родителями).

Расширять представления детей о творческих профессиях (*художник, композитор, артист, танцор, певец, пианист, скрипач, режиссер, директор театра, архитектор* и т.п.).

Формировать представление о значении органов чувств человека для художественной деятельности, формировать умение соотносить органы чувств с видами искусства (*музыку слушают, картины рассматривают, стихи читают и слушают* и т.д.).

Расширять знания детей об основных **видах изобразительного искусства** (живопись, графика, скульптура), развивать художественное восприятие, расширять первичные представления об основных живописных жанрах (*портрет, пейзаж, натюрморт, батальная и жанровая живопись*).

Продолжать знакомить детей с произведениями живописи: И. Шишкин («Рожь», «Утро в сосновом лесу»), И. Левитан («Золотая осень», «Март», «Весна. Большая вода»), А. Саврасов («Грачи прилетели»), А. Пластов («Полдень», «Летом», «Сенокос»), В. Васнецов («Аленушка», «Богатыри», «Иван-царевич на Сером волке») и др.

Расширять представления о художниках — иллюстраторах детской книги (*И. Билибин, Ю. Васнецов, В. Конашевич, В. Лебедев, Т. Маврина, Е. Чарушин* и др.).

Обогащать представления о скульптуре малых форм, выделяя образные средства выразительности (*форму, пропорции, цвет, характерные детали, позы, движения* и др.).

Продолжать знакомить с **народным декоративно-прикладным искусством** (*гжельская, хохломская, жостовская, мезенская роспись*), с керамическими изделиями, народными игрушками. Расширять представления о разнообразии народного искусства, художественных промыслов (*различные виды материалов, разные регионы страны и мира*).

Воспитывать интерес к искусству родного края. Продолжать знакомить с **архитектурой**, закреплять и обогащать знания детей о том, что существуют здания различного назначения (*жилые дома, магазины, кинотеатры, детские сады, школы* и др.).

Развивать умение выделять сходство и различия архитектурных сооружений одинакового назначения. Формировать умение выделять одинаковые части конструкции и особенности деталей. Познакомить со спецификой храмовой архитектуры: купол, арки, аркатурный пояс по периметру здания, барабан (*круглая часть под куполом*) и т.д. Знакомить с архитектурой с опорой на региональные особенности местности, в которой живут дети. Рассказать детям о том, что как и в каждом виде искусства, в архитектуре есть памятники, которые известны во всем мире: в России это Кремль, собор Василия Блаженного, Зимний дворец, Исаакиевский собор, Петергоф, памятники Золотого кольца и другие — в каждом городе свои. Развивать умения передавать в художественной деятельности образы архитектурных сооружений, сказочных построек. Поощрять стремление изображать детали построек (*наличники, резной подзор по контуру крыши*)

### **Изобразительная деятельность**

Поддерживать интерес детей к изобразительной деятельности. Развивать образное эстетическое восприятие, образные представления, эстетическое отношение к предметам и явлениям окружающего мира, произведениям искусства, к художественно-творческой деятельности.

Воспитывать самостоятельность; учить активно и творчески применять ранее усвоенные способы изображения в рисовании, лепке и аппликации, используя выразительные средства. Продолжать развивать коллективное творчество. Воспитывать стремление действовать согласованно, договариваться о том, кто какую часть работы будет выполнять, как отдельные изображения будут объединяться в общую картину.

Формировать эстетические суждения; учить аргументированно и развернуто оценивать изображения, созданные как самим ребенком, так и его сверстниками, обращая внимание на обязательность доброжелательного и уважительного отношения к работам товарищей; развивать умение замечать недостатки своих работ и исправлять их; вносить дополнения для достижения большей выразительности создаваемого образа.

**Рисование.** Совершенствовать умение изображать предметы по памяти и с натуры; развивать наблюдательность, аналитические способности, умение сравнивать предметы между собой, способность замечать характерные особенности предметов и изображать их, передавая

форму, величину, строение, пропорции, цвет, композицию. Совершенствовать технику изображения. Продолжать развивать свободу и одновременно точность движений руки под контролем зрения, их плавность, ритмичность. Расширять набор материалов, которые дети могут использовать при рисовании (*гуашь, акварель, сухая и жирная пастель, сангина, угольный карандаш, гелевая ручка* и др.). Предлагать соединять в одном рисунке разные материалы для создания выразительного образа. Учить новым способам работы с уже знакомыми материалами (например, *рисовать акварелью по сырому слою*); разным способам создания фона для изображаемой картины: при рисовании акварелью и гуашью — до создания основного изображения; при рисовании пастелью и цветными карандашами фон может быть подготовлен как в начале, так и по завершении основного изображения.

Развивать представление о разнообразии цветов и оттенков, опираясь на реальную окраску предметов, декоративную роспись, сказочные сюжеты; учить создавать цвета и оттенки. Постепенно подводить детей к обозначению цветов, например, включающих два оттенка (*желто-зеленый, серо-голубой*) или уподобленных природным (*малиновый, персиковый* и т.п.). Обращать их внимание на изменчивость цвета предметов (например, *в процессе роста помидоры зеленые, а созревшие — красные*). Учить замечать изменение цвета в природе в связи с изменением погоды (*небо голубое в*

солнечный

день и серое в пасмурный). Развивать цветовое восприятие в целях обогащения колористической гаммы рисунка.

Учить детей различать оттенки цветов и передавать их в рисунке, развивать восприятие, способность наблюдать и сравнивать цвета окружающих предметов, явлений (*нежно-зеленые только что появившиеся*

*листочки, бледно-зеленые стебли одуванчиков и их темно-зеленые листья* и т.п.).

В сюжетном рисовании продолжать учить детей размещать изображения на листе в соответствии с их реальным расположением (*ближе или дальше от рисующего; ближе к нижнему краю листа — передний план или дальше от него — задний план*); передавать различия в величине изображаемых предметов (*дерево высокое, цветок ниже дерева; воробышек маленький, ворона большая* и т.п.). Формировать умение строить композицию рисунка; передавать движения людей и животных,

растений, склоняющихся от ветра. Продолжать формировать умение передавать в рисунках как сюжеты народных сказок, так и авторских произведений (*стихотворений, сказок, рассказов*); проявлять самостоятельность в выборе темы, композиционного и цветового решения.

**Лепка.** Развивать творчество детей; учить свободно использовать для создания образов предметов, объектов природы, сказочных персонажей разнообразные приемы, усвоенные ранее; продолжать учить передавать форму основной части и других частей, их пропорции, позу,

характерные особенности изображаемых объектов; обрабатывать поверхность формы движениями пальцев и стекой.

Продолжать формировать умение передавать характерные движения человека и животных, создавать выразительные образы (*птичка подняла крылышки, приготовилась лететь; козлик скачет; девочка танцует; дети делают гимнастику — коллективная композиция*) Учить детей создавать скульптурные группы из двух-трех фигур, развивать чувство композиции, умение передавать пропорции предметов, их соотношение по величине, выразительность поз, движений, деталей.

**А-пликация.** Продолжать учить создавать предметные и сюжетные изображения с натуры и по представлению: развивать чувство композиции (учить красиво располагать фигуры на листе бумаги формата, соответствующего пропорциям изображаемых предметов). Развивать умение составлять узоры и декоративные композиции из геометрических и растительных элементов на листах бумаги разной формы; изображать птиц, животных по замыслу детей и по мотивам народного искусства. Закреплять приемы вырезания симметричных предметов из бумаги, сложенной вдвое; нескольких предметов или их частей из бумаги, сложенной гармошкой.

При создании образов поощрять применение разных приемов вырезания, обрывания бумаги, наклеивания изображений (намазывая

их клеем полностью или частично, создавая иллюзию передачи объема); учить мозаичному способу изображения с предварительным легким

обозначением карандашом формы частей и деталей картинки. Продолжать развивать чувство цвета, колорита, композиции.

Поощрять проявления творчества.

**Прикладное творчество.** При работе с бумагой и картоном закреплять умение складывать бумагу прямоугольной, квадратной, круглой формы в разных направлениях (пилотка); использовать разную по фактуре бумагу, делать разметку с помощью шаблона; создавать игрушки-забавы (мишка-физкультурник, клюющий петушок и др.). Формировать умение создавать предметы из полосок цветной бумаги

(коврик, дорожка, закладка), подбирать цвета и их оттенки при изготовлении игрушек, сувениров, деталей костюмов и украшений к праздникам. Формировать умение использовать образец. Совершенствовать умение детей создавать объемные игрушки в технике оригами. При работе с **тканью** формировать умение вдевать нитку в иглолку, завязывать узелок; пришивать пуговицу, вешалку; шить простейшие изделия (мешочек для семян, фартучек для кукол, игольница) швом «вперед иглолку». Закреплять умение делать аппликацию, используя кусочки ткани разнообразной фактуры (шелк для бабочки, байка для зайчика и т.д.), наносить контур с помощью мелка и вырезать в соответствии с задуманным сюжетом.

При работе с **природным материалом** закреплять умение создавать фигуры людей, животных, птиц из желудей, шишек, косточек, травы, веток, корней и других материалов, передавать выразительность образа, создавать общие композиции («*Лесная поляна*», «*Сказочные герои*»). Развивать фантазию, воображение.

**Народное декоративно-прикладное искусство.** Продолжать развивать декоративное творчество детей; умение создавать узоры по мотивам народных росписей, уже знакомых детям и новых (*городецкая, гжельская, хохломская, жостовская, мезенская роспись* и др.).

Продолжать формировать умение свободно владеть карандашом, кистью при выполнении линейного рисунка, учить плавным поворотам руки при рисовании округлых линий, завитков в разном направлении (*от веточки и от конца завитка к веточке, вертикально и горизонтально*), учить осуществлять движение всей рукой при рисовании

длинных линий, крупных форм, одними пальцами — при рисовании небольших форм и мелких деталей, коротких линий, штрихов, травки (*хохлома*), оживок (*городец*) и др.

Учить видеть красоту созданного изображения и в передаче формы, плавности, слитности линий или их тонкости, изящности, ритмичности расположения линий и пятен, равномерности закрашивания рисунка; чувствовать плавные переходы оттенков цвета. Учить детей выделять и передавать цветовую гамму народного декоративного искусства определенного вида. Закреплять умение создавать композиции на листах бумаги разной формы, силуэтах предметов и игрушек; расписывать вылепленные детьми игрушки. Закреплять умение при составлении декоративной композиции на основе того или иного вида народного искусства использовать характерные для него элементы узора и цветовую гамму. Продолжать развивать навыки декоративной лепки; учить использовать разные способы лепки (*налеп, углубленный рельеф*), применять стеку.

### **Конструктивно-модельная деятельность**

Формировать интерес к разнообразным зданиям и сооружениям (жилые дома, театры и др.). Поощрять желание передавать их особенности в конструктивной деятельности.

Учить видеть конструкцию объекта и анализировать ее основные части, их функциональное назначение.

Предлагать детям самостоятельно находить отдельные конструктивные решения на основе анализа существующих сооружений.

Закреплять навыки коллективной работы: умение распределять обязанности, работать в соответствии с общим замыслом, не мешая друг другу.

**Конструирование из строительного материала.** Учить детей сооружать различные конструкции одного и того же объекта в соответствии с их назначением (*мост для пешеходов, мост для транспорта*).



Определять, какие детали более всего подходят для постройки, как их целесообразнее скомбинировать; продолжать развивать умение планировать процесс возведения постройки.

Продолжать учить сооружать постройки, объединенные общей темой (*улица, машины, дома*).

**Конструирование из деталей конструкторов.** Познакомить с разнообразными пластмассовыми конструкторами. Учить создавать различные модели (*здания, самолеты, поезда* и т.д.) по рисунку, по словесной инструкции воспитателя, по собственному замыслу. Познакомить детей с деревянным конструктором, детали которого крепятся штифтами.

Учить создавать различные конструкции (*мебель, машины*) по рисунку и по словесной инструкции воспитателя.

Учить создавать конструкции, объединенные общей темой (*детская площадка, стоянка машин* и др.).

Учить разбирать конструкции при помощи скобы и киянки (*в пластмассовых конструкторах*).

### **Музыкальное развитие**

Продолжать приобщать детей к музыкальной культуре, воспитывать художественный вкус, обогащать музыкальные впечатления детей, вызывать яркий эмоциональный отклик при восприятии музыки разного характера. Совершенствовать звуковысотный, ритмический, тембровый и динамический слух. Способствовать дальнейшему формированию певческого голоса, развитию навыков движения под музыку.

Обучать игре на детских музыкальных инструментах. Знакомить с элементарными музыкальными понятиями.

**Слушание.** Продолжать развивать навыки восприятия звуков по высоте в пределах квинты — терции; обогащать впечатления детей и формировать музыкальный вкус, развивать музыкальную память. Способствовать развитию мышления, фантазии, памяти, слуха. Знакомить с элементарными музыкальными понятиями (*темп, ритм*); жанрами (*опера, концерт, симфонический концерт*), творчеством композиторов и музыкантов.

288

Познакомить детей с мелодией Государственного гимна Российской Федерации.

**Пение.** Совершенствовать певческий голос и вокально-слуховую координацию. Закреплять практические навыки выразительного исполнения песен в пределах от до первой октавы до ре второй октавы; учить брать дыхание и удерживать его до конца фразы; обращать внимание на артикуляцию (*дикцию*). Закреплять умение петь самостоятельно, индивидуально и коллективно, с музыкальным сопровождением и без него.

**Песенное творчество.** Учить самостоятельно придумывать мелодии, используя в качестве образца русские народные песни; самостоятельно импровизировать мелодии на заданную тему по образцу и без него, используя для этого знакомые песни, музыкальные пьесы и танцы.

**Музыкально-ритмические движения.** Способствовать дальнейшему развитию навыков танцевальных движений, умения выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, передавая в танце эмоционально-образное содержание. Знакомить с национальными плясками (*русские, белорусские, украинские* и т.д.). Развивать танцевально-игровое творчество; формировать навыки художественного исполнения различных образов при инсценировании песен, театральных постановок.

**Музыкально-игровое и танцевальное творчество.** Способствовать развитию творческой активности детей в доступных видах музыкальной исполнительской деятельности (*игра в оркестре, пение, танцевальные движения* и т.п.).

Учить импровизировать под музыку соответствующего характера (*лыжник, конькобежец, наездник, рыбак; лукавый котик и сердитый козлик* и т. п.).

Учить придумывать движения, отражающие содержание песни; выразительно действовать с воображаемыми предметами. Учить самостоятельно искать способ передачи в движениях музыкальных образов.

Формировать музыкальные способности; содействовать проявлению активности и самостоятельности.

**Игра на детских музыкальных инструментах.** Знакомить с музыкальными произведениями в исполнении различных инструментов

и в оркестровой обработке.

Учить играть на металлофоне, свирели, ударных и электронных музыкальных инструментах, русских народных музыкальных инструментах: трещотках, погремушках, треугольниках; исполнять музыкальные произведения в оркестре и в ансамбле.

### **Театрализованная игра**

Развивать самостоятельность детей в организации театрализованных игр: умение самостоятельно выбирать сказку, стихотворение, песню для постановки; готовить необходимые атрибуты и декорации к будущему спектаклю; распределять между собой обязанности и роли, развивать творческую самостоятельность, эстетический вкус в передаче образа; отчетливость произношения; учить использовать средства выразительности (*поза, жесты, мимика, интонация, движения*). Воспитывать любовь к театру. Широко использовать в театрализованной деятельности детей разные виды театра (*бибабо, пальчиковый, баночный, театр картинок, перчаточный, кукольный* и др.).

Воспитывать навыки театральной культуры, приобщать к театральному искусству через просмотр театральных постановок, видеоматериалов;

рассказывать о театре, театральных профессиях.

Учить постигать художественные образы, созданные средствами театральной выразительности (*свет, грим, музыка, слово, хореография, декорации* и др.) и распознавать их особенности.

Использовать разные формы взаимодействия детей и взрослых в театрализованной игре. Способствовать формированию оценочных суждений в процессе анализа сыгранных ролей, просмотренных спектаклей. Развивать воображение и фантазию детей в создании и исполнении ролей.

## **ОО «Физическое развитие»**

### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

**Становление ценностей здорового образа жизни.** Расширять представления детей о рациональном питании (*объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим*).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

**Воспитание культурно-гигиенических навыков.** Воспитывать привычку правильно и быстро

(не отвлекаясь) умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком и расческой. Способствовать формированию осознанной привычки мыть руки перед едой и ежедневно (утром и вечером) чистить зубы. Закреплять умение аккуратно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом. Продолжать воспитывать привычку следить за чистотой одежды и обуви, замечать и устранять неполадки в своем внешнем виде, учить тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, причёске.

### **Физическая культура**

**Физкультурные занятия и упражнения.** Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. **Спортивные и подвижные игры.** Начальные представления о некоторых видах спорта. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (*ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость*), координации движений, умения ориентироваться в пространстве. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения; справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

НОД проводится в соответствии с «Комплексно-тематическим планированием образовательной деятельности» под ред. Л.В.Матвеевой (*из опыта работы по программе «От рождения до школы»*)

В летний период учебные занятия не проводятся. В это время увеличивается продолжительность прогулок, а также проводятся спортивные и подвижные игры, развлечения, досуги, праздники.

## 2.2. Вариативная часть

Кроме основных занятий по инновационной программе Н.Е.Вераксы, Т.Н.Комаровой, Э.М.Дорофеевой «От рождения до школы», в подготовительной группе проводятся дополнительные занятия по программе туристско-краеведческого направления: «Отчий край» (автор - Л.И.Мосягина).

Образовательная деятельность по дополнительной программе проводится 1 раз в 2 недели во второй половине дня. Программа рассчитана на 1 год работы с детьми от 6 до 7 лет.

**Цель** – формирование у дошкольников основ патриотизма, воспитание духовно-нравственных качеств в процессе их приобщения к культуре, традициям, истории, природным наследиям, местным достопримечательностям.

### **Задачи:**

1. Формировать начальные представления о малой родине, знаменитых людях, истории и культуре родного края.
2. Развивать положительные чувства к родному краю: любви, гордости.
3. Воспитывать уважение к людям старшего поколения, бережное отношение к историческому наследию предшествующих поколений, к природе, памятникам истории и культуры.

В программе представлено содержание каждого раздела, пути реализации программного содержания, содержание развивающей предметно-пространственной среды для реализации программы, тематические задания для детей, рекомендованное методическое обеспечение.

Однако не все, что окружает ребенка, равнозначно в воспитательном плане. Необходим правильный выбор объектов, о которых следует рассказывать детям, через ознакомление с которыми можно сформировать адекватное отношение к Родине. Поэтому при отборе объектов родного края педагогам важно учитывать: наглядную и яркую их представленность в окружении дошкольников; наличие признаков, характерных только для данной местности и доступных пониманию детей; возможность показа объектов и реализацию впечатлений о них в поведении и деятельности.

Данные положения лежат в основе выделения разделов программы:

- «История родного города»
- «Замечательные люди»
- «Достопримечательности»
- «Культурные объекты»
- «Святые места»
- «Природное наследие»

Каждый раздел раскрывается через реализацию тем.

Раздел «История родного города» представлен такими темами: «Рождение города. Символика», «Развитие промышленности», «Город в период ВОВ», «История улиц».

Раздел «Замечательные люди» представлен темами: «Кировчане – герои ВОВ», «Известные уроженцы города».

Раздел «Достопримечательности» представлен темами: «Площади», «Памятники и мемориалы, памятные места», «Парки, скверы».

Раздел «Культурные объекты» представлен темами: «Культурно-досуговые центры», «Музеи», «Спортивные комплексы».

Раздел «Святые места» представлен темами: «Храмы родного города», «Святые источники».

Раздел «Природное наследие» представлен темами: «Животный мир родного края», «Растительный мир родного края», «Реки и озёра».

Работа по программе носит интегрированный характер, что обеспечивает взаимосвязь с основными направлениями в воспитании и обучении детей: развитием речи, художественно-эстетическим, трудовым воспитанием, развитием интеллектуальных, физических способностей.

### Планируемые результаты освоения программы

В результате освоения программы воспитанники получают более глубокие знания по истории родного города, расширяют свой кругозор в ближайшем к детскому саду и дому окружении, центральных улицах города, правилах поведения в городе. У них будет формироваться познавательная потребность в приобщении к культуре, традициям, истории, природным наследиям, местным достопримечательностям.

## 2.3. Учебный план

Количество и продолжительность непрерывной образовательной деятельности устанавливается в соответствии с санитарно - гигиеническими нормами и требованиями

### Продолжительность непрерывной образовательной деятельности

- Для детей от 6 до 7 лет – не более 30 минут

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность проводятся физкультурные минутки.

Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Непрерывная образовательная деятельность основная программа												
Базовый вид деятельности	Младшая группа (разновозрастная)			Средняя группа			Старшая группа			Подготовительная группа		
	Н.	М.	Г.	Н.	М.	Г.	Н.	М.	Г.	Н.	М.	Г.
Физкультура в помещении	2	8	72	2	8	72	2	8	72	2	8	72
Физкультура на прогулке	1	4	36	1	4	36	1	4	36	1	4	36
Ознакомление с окружающим миром	1	4	36	1	4	36	1	4	36	1	4	36
Математическое развитие	1	4	36	1	4	36	1	4	36	2	8	72
Развитие речи, основы грамотности	1	4	36	1	4	36	2	8	72	2	8	72
Рисование	1	4	36	1	4	36	2	8	72	2	8	72
Лепка	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18
Аппликация, ручной труд	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18
Музыка	2	8	72	2	8	72	2	8	72	2	8	72
<b>ИТОГО</b>	<b>10</b>	<b>40</b>	<b>360</b>	<b>10</b>	<b>40</b>	<b>360</b>	<b>12</b>	<b>48</b>	<b>432</b>	<b>13</b>	<b>52</b>	<b>468</b>

Непрерывная образовательная деятельность дополнительные программы												
Дополнительные программы	Младшая группа			Средняя группа			Старшая группа			Подготовительная группа		
	Н.	М.	Г.	Н.	М.	Г.	Н.	М.	Г.	Н.	М.	Г.
Мосягина Л.И.										0,5	2	18

«Отчий край»												
<b>ИТОГО</b>										<b>0,5</b>	<b>2</b>	<b>18</b>

## 2.4. Особенности взаимодействия педагогов с семьёй и социумом

Деятельность учреждения строится в соответствии с социальным заказом на образование, учитывающим заказ семей воспитанников учреждения, потребности родителей окружающего микрорайона, и приоритетов Управления образования города. Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в раннем детском возрасте.

В «Концепции дошкольного воспитания» подчеркивается: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Взаимодействие ДГ с семьей – это объединение общих целей, интересов и деятельности в плане развития гармоничного и здорового ребенка. В основе взаимодействия детского сада и семьи лежит сотрудничество, т.е. совместное определение целей деятельности, совместное планирование предстоящей работы, совместное распределение средств, предмета деятельности по времени в соответствии с возможностями каждого участника, совместный контроль и оценка результатов работы, а затем и прогнозирование новых целей, задач и результатов.

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

**Ведущая цель** - создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

### **Основные задачи** взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
  - знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
  - информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач; • создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
  - привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);
  - поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.
- Коллектив учреждения реализует системный подход в организации взаимодействия с родителями. В связи с этим, *система работы с родителями включает:*
- ознакомление родителей с результатами работы ДГ на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДГ;

- ознакомление родителей с содержанием работы в ДГ, направленной на разностороннее развитие ребенка;
- обучение конкретным приемам и методам развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях.

Родители принимают активное участие в создании условий для развития дошкольного учреждения в процессе следующих мероприятий: организации летнего отдыха и подготовки территории учреждения к новому учебному году; помощи в организации различных мероприятий ДГ (утренники, смотры-конкурсы)

#### ***Основные направления и формы взаимодействия с родителями воспитанников***

- первичное знакомство, беседа
- наглядная стендовая информация в группах
- общие и групповые собрания
- анкетирование
- день открытых дверей
- выставки, конкурсы
- создание видеотеки о работе ДГ
- консультационный центр
- мастер-классы
- семинары, практикумы
- семейные праздники
- семейный театр
- проектная деятельность

С целью оказания методической, психолого-педагогической, диагностической и консультативной помощи семьям, воспитывающим детей дошкольного возраста на дому, а также родителям, чьи дети посещают ДГ, на базе учреждения создан консультационный центр. Основные задачи консультационного центра ДГ:

- оказание консультативной помощи родителям и повышение их психолого-педагогической компетентности в вопросах воспитания, обучения и развития ребёнка;
- содействие в социализации детей дошкольного возраста, не посещающих ДГ;
- информирование родителей об учреждениях системы образования, которые оказывают квалифицированную помощь ребёнку в соответствии с его индивидуальными особенностями.

Родители (законные представители) воспитанников входят в состав родительского собрания. Родительское собрание - коллегиальный орган общественного самоуправления Учреждения, действующий в целях развития и совершенствования образовательного и воспитательного процесса, взаимодействия родительской общественности и Учреждения. Основными задачами Родительского собрания являются:

- совместная работа родительской общественности и Учреждения по реализации государственной, окружной, городской политики в области дошкольного образования;
- рассмотрение и обсуждение основных направлений развития Учреждения;
- координация действий родительской общественности и педагогического коллектива Учреждения по вопросам образования, воспитания, развития, оздоровления воспитанников.

Родительское собрание Учреждения выбирает родительский комитет Учреждения. Родительский комитет – добровольная общественная организация в ДГ, действующая в целях содействия детскому саду в воспитании и обучении воспитанников, реализации прав родителей как участников образовательного процесса. Основными задачами родительского комитета являются:

- совместная работа с дошкольным учреждением по реализации государственной политики в области дошкольного образования;
- защита прав и интересов воспитанников детского сада;
- защита прав и интересов родителей;
- содействие созданию оптимальных условий для организации образовательного процесса

## **III. Организационный раздел Программы**

### **3.1. Организация режима пребывания детей**

#### *Ежедневная организация жизни и деятельности детей*

Режим работы детского сада установлен Учредителем, исходя из потребности семьи и возможностей бюджетного финансирования детского сада, и является следующим:

-рабочая неделя – пятидневная;

-длительность работы детского сада – 12 часов;

-ежедневный график работы детского сада с 7.00 до 19.00 часов;

Учебный год в детском саду начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая. В летние месяцы проводится оздоровительная работа с детьми.

*Ежедневная организация жизни и деятельности детей* осуществляется с учетом:

- построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;
- решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках занятий, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.



### Основные принципы построения режима дня:

1. Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
2. Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДГ для каждой возрастной группы определен свой режим дня.
3. Режим дня является примерным, его можно корректировать с учетом особенностей работы дошкольного учреждения, контингента детей, климата региона, времени года, длительности светового дня.

### **Режим дня детей ДГ МКОУ «СОШ №8» г.Кирова (сентябрь – май)**

<b><i>Режимные моменты</i></b>	<b><i>Подготовительная группа</i></b>
Приём детей, свободная игра	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.10 - 8.30
Утренний круг	8.30 – 8.50
Организованная образовательная деятельность, занятия со специалистами	9.00 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	11.00 – 12.30
Возвращение с прогулки, игры, занятия.	12.30 – 12.50
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.50 – 13.20
Подготовка ко сну, дневной сон.	13.20 – 15.00
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.40
Игры, кружки, занятия со специалистами, самостоятельная деятельность	15.40 – 16.40
Вечерний круг	16.40 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.20 – 19.00

### **Режим дня детей ДГ МКОУ «СОШ №8» в летний период (июнь – август)**

<b><i>Режимные моменты</i></b>	<b><i>Подготовительная группа</i></b>
Приём детей, свободная игра	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.10 - 8.30
Утренний круг	8.30 – 9.00
Тематические мероприятия по плану летнего периода: познавательные, развивающие занятия; спортивные, календарные праздники; развлечения, досуги, конкурсы, викторины и т.п.	

Подготовка к прогулке, прогулка:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация занятий на участке (познавательные, экологические, экспериментирование, изодетельность и т.п.)</li> </ul>	10.00 – 10.30
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Наблюдения, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность детей.</li> </ul>	10.30 – 12.40
Возвращение с прогулки, игры, занятия.	12.30 – 12.50
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.50 – 13.20
Подготовка ко сну, дневной сон.	13.20 – 15.00
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.40
Игры, кружки, занятия со специалистами, самостоятельная деятельность	15.40 – 16.40
Вечерний круг	16.40 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.20 – 19.00

При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать индивидуальные особенности детей (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.

### **Ежедневное чтение.**

В режиме дня выделено постоянное время ежедневного 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. Чтение книг и обсуждение прочитанного помогает на примере литературных героев воспитывать в детях социально-нравственные качества, избегая нудных и бесполезных поучений и нотаций. Задача педагога — сделать процесс чтения увлекательным и интересным для всех детей.

### **Организация сна.**

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12-12,5 часов, из которых 2,0 - 2,5 часа отводят дневному сну.

При организации сна учитываются следующие **правила:**

1. В момент подготовки ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин до сна.
2. Первыми за обеденный стол садятся дети с ослабленным здоровьем, чтобы затем они первыми ложились в постель.
3. Спальню перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3—5 градусов.
4. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.
5. Не допускается хранение в спальне лекарства и дезинфицирующих растворов.
6. Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5 - 10 минут полежать, но не задерживать их в постели

### **Организация прогулки.**

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет около 3- 4 часов. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна и (или) перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже

- 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°C и скорости ветра более 15 м/с.

Прогулка состоит из следующих *частей*:

- наблюдение,
- подвижные игры,
- труд на участке,
- самостоятельную игровую деятельность детей,
- индивидуальную работу с детьми по развитию физических качеств.

Один раз в неделю с 3-х летнего возраста с детьми проводят *целевые прогулки*.

#### Организация питания.

В процессе организации питания решаются *задачи гигиены и правил питания*:

- мытье рук перед едой;
- класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо ее пережевывать;
- рот и руки вытирать бумажной салфеткой;
- после окончания еды полоскать рот.

В организации питания, начиная со средней группы, принимают участие дежурные воспитанники группы. Учитывается и уровень самостоятельности детей. Работа дежурных сочетается с работой каждого ребенка: дети сами могут убирать за собой тарелки, а салфетки собирают дежурные.

#### Организация совместной деятельности

*Совместная деятельность* – деятельность двух и более участников образовательного процесса (взрослых и воспитанников) по решению образовательных задач на одном пространстве и в одно и то же время.

Отличается *наличием партнерской (равноправной) позиции взрослого и партнерской формой организации* (возможность свободного размещения, перемещения и общения детей в процессе образовательной деятельности).

Предполагает *индивидуальную, подгрупповую и групповую формы* организации работы с воспитанниками.

#### Организация самостоятельной деятельности.

*Самостоятельная деятельность*:

- 1) свободная деятельность воспитанников в условиях созданной педагогами предметно-развивающей образовательной среды, обеспечивающая выбор каждым ребенком деятельности по интересам и позволяющая ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально;
- 2) организованная воспитателем деятельность воспитанников, направленная на решение задач, связанных с интересами других людей (эмоциональное благополучие других людей, помощь другим в быту и др.).

### 3.2. Система физкультурно-оздоровительной работы

#### *Двигательный режим детей в ДГ МКОУ «СОШ №8»*

Режимные моменты	Подготовительная группа
1. Прием детей, самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно 30 — 40 мин
2. Утренняя гимнастика	Ежедневно 8-10 мин. мин из 6-8 общеразвивающих упражнений
3. Физкультурные занятия в зале	2 раза в неделю по 25 мин.

4. Физкультурное занятие на прогулке	1 раз в неделю
5. Физкультминутки во время занятий	1-3 мин.
6. Музыкальные занятия	2 раза в неделю
7. Прогулка	1,5— 2ч
8. Прогулка за пределы участка	25-30 мин, до 1,5 – 2 км
9. Корректирующая гимнастика после сна	5-10 мин.
10. Самостоятельная двигательная активность, подвижные игры вечером	30 - 40 мин ежедневно, индивидуально
11. Физкультурный досуг	1 раз в неделю 30-40 мин
12. Спортивные упражнения, игры (лыжи, велосипед)	
13. Спортивный праздник	2 раза в год до 1 часа

### *Система закаливающих мероприятий*

Содержание	Возрастные группы
	Дети от 6 до 7 лет
1.1. Воздушно-температурный режим:	от +18 до + 20°C
	Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей
• Одностороннее проветривание	В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Допускается снижение температуры на 1-2 °С
• Сквозное проветривание (в отсутствие детей):	В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Критерием прекращения проветривания является температура воздуха, сниженная на 2-3 °С
— Утром перед приходом детей	К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.
— Перед возвращением детей с дневной прогулки	+ 20 °С
— Во время дневного сна, вечерней прогулки	В теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении.
1.2. Воздушные ванны:	до -5°C
• Прием детей на воздухе	
• Утренняя гимнастика	В летний период на улице. В холодное время года проводится ежедневно в зале, одежда облегченная
• Физкультурные занятия	2 раза в неделю в физкультурное занятие в зале при + 18 °С. Форма спортивная. Одно занятие круглогодично на воздухе до - 10 °С
• Прогулка	Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям. В холодное время года: до - 20 °С, при скорости ветра не более 15 м\с при неблагоприятных погодных условиях время сокращается на 30-

	40 мин.
• Хождение босиком	Ежедневно. В теплое время года при температуре воздуха от +20 °С до +22 °С. В холодное время года в помещении при соблюдении нормативных температур.
• Дневной сон	Обеспечивается состояние теплого комфорта соответствием одежды, температуры + 20 °С
• После дневного сна	В помещении температура на 1-2 градуса ниже нормы
1.3. Водные процедуры:	Умывание, обтирание шеи, мытье рук до локтя водой комнатной температуры
• Гигиенические процедуры	В летний период - мытье ног.

### 3.3. Развивающая предметно-пространственная среда

#### Организация предметно-пространственной среды

Образовательная среда в детском саду предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного детства. Под предметно-развивающей средой понимают определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, приспособленное для удовлетворения потребностей ребенка в познании, общении, труде, физическом и духовном развитии в целом. Современное понимание предметно-пространственной среды включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности ребенка, становления его субъектной позиции, развития творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами.

Основные требования к организации предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда дошкольной организации должна быть:

- содержательно-насыщенной, развивающей;
- трансформируемой;
- полифункциональной;
- вариативной;
- доступной;
- безопасной;
- здоровьесберегающей;
- эстетически-привлекательной.

#### Основные принципы организации предметно-пространственной среды

Оборудование помещений дошкольного учреждения безопасное, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. Мебель должна соответствовать росту и возрасту детей, игрушки — обеспечивают максимальный для данного возраста развивающий эффект.

Развивающая предметно-пространственная среда должна быть насыщенной, пригодной для совместной деятельности взрослого и ребенка и самостоятельной деятельности детей, отвечающей потребностям детского возраста. Пространство группы следует организовывать в виде хорошо разграниченных зон («центры», «уголки», «площадки»), оснащенных большим количеством развивающих материалов (книги, игрушки, материалы для творчества, развивающее оборудование и пр.). Все предметы должны быть доступны детям.

Подобная организация пространства позволяет дошкольникам выбирать интересные для себя занятия, чередовать их в течение дня, а педагогу дает возможность эффективно организовывать образовательный процесс с учетом индивидуальных особенностей детей.

Оснащение уголков меняется в соответствии с тематическим планированием образовательного процесса.

В качестве центров развития могут выступать:

- уголок для сюжетно-ролевых игр;

- уголок ряжения (для театрализованных игр);
- книжный уголок;
- зона для настольно-печатных игр;
- выставка (детского рисунка, детского творчества, изделий народных мастеров и т. д.);
- уголок природы (наблюдений за природой);
- спортивный уголок;
- уголки для разнообразных видов самостоятельной деятельности детей — конструктивной, изобразительной, музыкальной и др.;
- игровой центр с крупными мягкими конструкциями (блоки, домики, тоннели и пр.) для легкого изменения игрового пространства;
- игровой уголок (с игрушками, строительным материалом).

В старших группах замысел основывается на теме игры, поэтому разнообразная полифункциональная предметная среда пробуждает активное воображение детей, и они всякий раз по-новому перестраивают имеющееся игровое пространство, используя гибкие модули, ширмы, занавеси, кубы, стулья. Трансформируемость предметно-игровой среды позволяет ребенку взглянуть на игровое пространство с иной точки зрения, проявить активность в обустройстве места игры и предвидеть ее результаты.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает доступ к объектам природного характера; побуждает к наблюдениям на участке (постоянным и эпизодическим) за ростом растений, участию в элементарном труде, проведению опытов и экспериментов с природным материалом. Развивающая предметно-пространственная среда организовывается как культурное пространство, которое оказывает воспитывающее влияние на детей (изделия народного искусства, репродукции, портреты великих людей, предметы старинного быта и пр.).

Оборудование помещений соответствует действующим СанПиН. Мебель соответствует росту и возрасту детей, игрушки – обеспечивают максимальный для данного возраста развивающий эффект.

Вид помещения	Основное предназначение	Оснащение
<b>Групповые комнаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение режимных моментов</li> <li>• Совместная и самостоятельная деятельность</li> <li>• Занятия в соответствии с образовательной программой</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Детская мебель для практической деятельности;</li> <li>• Игровая мебель. Атрибуты для сюжетно-ролевых игр: «Семья», «Гараж», «Парикмахерская», «Больница», «Магазин», «Полиция»</li> <li>• Уголок науки и естествознания</li> <li>• Книжный, изоуголок;</li> <li>• Физкультурный уголок</li> <li>• Дидактические, настольно-печатные игры.</li> <li>• Конструкторы (напольный, ЛЕГО).</li> <li>• Методические пособия в соответствии с возрастом детей.</li> </ul>
«Физкультурный уголок»	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Расширение индивидуального двигательного опыта в самостоятельной деятельности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Для прыжков (Скакалка короткая)</li> <li>• Для катания, бросания, ловли (обруч большой, мяч ., мешочек с грузом , малый, кегли, кольцоброс</li> <li>• Для общеразвивающих упражнений (мяч средний, гантели детские, палка гимнастическая)</li> <li>• Атрибуты к подвижным и</li> </ul>

		спортивным играм
«Центр науки и естествознания»	<ul style="list-style-type: none"> <li>Расширение познавательного опыта, его использование в трудовой деятельности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Комнатные растения в соответствии с возрастными рекомендациями</li> <li>Иллюстрированные плакаты, картинки</li> <li>Литература природоведческого содержания.</li> <li>Календарь погоды</li> <li>Муляжи фруктов, овощей; дикие и домашние животные</li> <li>Инвентарь для трудовой деятельности: лейки, пульверизатор, фартуки, совочки, посуда для выращивания рассады и др.</li> <li>Природный и бросовый материал.</li> </ul>
«Центр настольных игр»	<ul style="list-style-type: none"> <li>Расширение познавательного сенсорного опыта детей</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Шашки, шахматы</li> <li>Домино</li> <li>Пазлы</li> <li>Наборы кубиков с картинками</li> <li>Лото</li> <li>Игры - бродилки</li> </ul>
«Центр строительства и конструирования»	<ul style="list-style-type: none"> <li>Реализация ребенком полученных и имеющихся знаний об окружающем мире в игре. Накопление жизненного опыта</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Игрушечный транспорт</li> <li>Фигурки животных</li> <li>Напольный конструктор</li> </ul>
«Уголок по патриотическому воспитанию»	<ul style="list-style-type: none"> <li>Расширение краеведческих представлений детей, накопление познавательного опыта</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Иллюстрации, фотографии, альбомы, художественная литература о достопримечательностях г. Киров.</li> <li>Фото президента Р.Ф.</li> <li>Гимн России</li> <li>Флаг России</li> </ul>
«Книжный уголок»	<ul style="list-style-type: none"> <li>Формирование умения самостоятельно работать с книгой, «добывать» нужную информацию.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Литературный стенд с оформлением (портрет писателя, иллюстрации к произведениям)</li> <li>Детская художественная литература в соответствии с возрастом детей</li> </ul>
«Уголок изодетельности»	<ul style="list-style-type: none"> <li>Проживание, преобразование познавательного опыта в продуктивной деятельности. Развитие ручной умелости, творчества. Выработка позиции творца</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>цветные карандаши, восковые мелки, писчая бумага, краски, гуашь, кисти для рисования, пластилин, трафареты, раскраски., бумага и картон разных размеров, альбомы для рисования, простые карандаши, краски акварельные и гуашевые, линейки, доски для лепки, салфетки.</li> </ul>
«Центр сюжетно ролевых игр»	<ul style="list-style-type: none"> <li>Реализация ребенком полученных и имеющихся знаний об окружающем мире в игре. Накопление жизненного опыта</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Одежда для кукол</li> <li>Кукольная посуда</li> <li>Наборы и аксессуары для игр в профессии («Доктор», « Парикмахер», « Полицейский», «</li> </ul>

		Продавец»)
« Центр грамотности и письма»	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Плакат с алфавитом</li> <li>• Кубики с буквами и слогами</li> <li>• Цветные и простые карандаши</li> <li>• Фломастеры</li> <li>• Магнитная доска</li> </ul>

### 3.4. Перечень методических пособий

«От рождения до школы» . Инновационная программа дошкольного образования.	под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой	Мозаика-Синтез	2021
Лепка в детском саду . Конспекты занятий с детьми 6 – 7 лет	Д. Н. Колдина	Мозаика-Синтез	2022
Аппликация в детском саду. Конспекты занятий с детьми 6 – 7.лет	Д. Н. Колдина	Мозаика-Синтез	2021
Изобразительная деятельность в детском саду. Конспекты занятий с детьми 6 – 7 лет	Т. С. Комарова	Мозаика-Синтез	2022
Социально – коммуникативное развитие дошкольников. Подготовительная к школе группа 6- 7 лет	Л. В. Абрамова И. Ф. Слепцова	Мозаика-Синтез	2021
Развитие речи в детском саду. Конспекты занятий с детьми 6- 7 лет	В. В. Гербова	Мозаика-Синтез	2022
Ознакомление с предметным и социальным окружением. Конспекты занятий с детьми 6 – 7 лет	О. В. Дыбина	Мозаика-Синтез	2021
Образовательные события как инновационные технологии работы с детьми 3 7 лет	Л. Логинова	Мозаика-Синтез	2021
Формирование элементарных математических представлений . Конспекты занятий для детей 6- 7 лет	И. А. Помораева. В. А. Позина	Мозаика-Синтез	2022
Математика в детском саду .	Рабочая тетрадь. В. П. Новикова	Мозаика-Синтез	2014
Негосударственные символы России	Демонстрационный материал	Мозаика-Синтез	2013
Подготовка старших дошкольников к обучению грамоте : система занятий ,конспекты, дидактический материал ( для детей 5 -7 лет)	Ельцова О. М		2009
Отчий край (дополнительная общеразвивающая программа)	Мосягина Л.И.	-	2019



## Список воспитанников группы

1	Антохина Анжелика	7.02.2016г
2	Воробьев Павел	20.06.2016г
3	Гусенков Илья	17.05.2016 г
4	Дмитриева Ия	13.05.2016 г
5	Ефимов Матвей	27.12. 2016 г
6	Жуков Тимофей	18.09.2016 г
7	Забродина Виктория	17.11.2016 г
8	Калоша Алена	9.09.2016 г
9	Козлов Артем	26.05.2016 г
10	Климкина Полина	31.03.2016 г
11	Леонов Станислав	22.02.2017 г
12	Никитин Артем	27.05.2016 г
13	Петраков Данила	20.09.2016 г
14	Роденко Максим	17.07.2016 г
15	Роденко Диана	17.07.201 г
16	Симонова Анастасия	25.10.2016 г
17	Титов Иван	5.12.2016 г
18	Федосеев Сергей	22.10.2016 г
19	Хечуева Вирина	30.07.2016 г
20	Хламова Валерия	29.05.2016 г
21	Шишкин Семен	24.09.2016г

## Календарно-тематическое планирование

Месяц	Неделя	Тема
Сентябрь	1-я неделя	«В науку нет коротких путей» (ко Дню знаний)
	2-я неделя	«Транспорт: виды»
	3-я неделя	«Осень кормит урожаем птиц, зверей и нас с тобой» (овощи, фрукты, грибы)
	4-я неделя	«Мир вокруг нас» (посуда, мебель)
Октябрь	1-я неделя	«От осени к лету поворота нету» (золотая осень, деревья, кустарники)
	2-я неделя	«Откуда хлеб пришёл?»
	3-я неделя	«Мир домашних животных»
	4-я неделя	«Мир диких животных»
Ноябрь	1-я неделя	«Человек без Родины – что соловей без песни» (ко Дню народного единства)
	2-я неделя	«Искра мала – да пламень велик» (пожарная безопасность, электроприборы)
	3-я неделя	«Точка, точка, огуречик – вот и вышел человечек» (строение человека)
	4-я неделя	«При солнышке – тепло, при матушке – добро» (ко Дню матери)
	5-я неделя	«По одежке встречают» (одежда, обувь, головные уборы)
Декабрь	1-я неделя	«Зима – не лето, в шубу одета»
	2-я неделя	«Всякий человек по делу узнаётся» (профессии)
	3-я неделя	«Новый год стучится в дверь – открывай ему скорей»
	4-я неделя	
Январь	2-я неделя	«Рождество Христово»
	3-я неделя	«Народные праздники на Руси, традиции, игры»
	4-я неделя	«Что такое этикет? Кто-то знает, кто-то - нет»
	5-я неделя	«Мастерская неделя» (народные промыслы)
Февраль	1-я неделя	«Город, в котором я живу»
	2-я неделя	«Здоровому всё здорово» (неделя здоровья)
	3-я неделя	«Дал присягу – назад ни шагу!» (ко Дню защитника Отечества)
	4-я неделя	«Масленица к нам пришла гостьёю желанною» (народные праздники)
Март	1-я неделя	«8 марта» (к Международному женскому дню)
	2-я неделя	«Ранняя весна с солнышком пришла»
	3-я неделя	«Птицы»
	4-я неделя	«Вода»
Апрель	1-я неделя	«Домашние птицы»
	2-я неделя	«Загадочный космос»
	3-я неделя	«Что написано пером – не вырубишь топором» (ко Дню книги)
	4-я неделя	«Пасха»
Май	1-я неделя	«Этот День Победы порохом пропах»
	2-я неделя	«Цветущая весна»
	3-я неделя	«Насекомые»
	4-я неделя	«Экология в природе» (безопасность жизнедеятельности)

## Перспективный план взаимодействия с родителями.

## 1 КВАРТАЛ

Мероприятие	Тема	Дата	Ответственный
<b><u>Родительское собрание</u></b>	<b>Начало пути в страну знаний»</b> «Знакомство с режимом дня, сеткой занятий» Выбор родительского комитета.	сентябрь	Васина Т. Н. Сынчикова А. А..
<b><u>Консультации</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Психологические и физиологические особенности развития детей 5-6, 6-7 лет жизни»</li> <li>• Познавательная активность - как фактор развития личности ребенка</li> <li>• Культура здоровья семьи - одно из обязательных качеств культуры здоровья ребенка</li> <li>• Подвижные игры с детьми в семье</li> <li>• Консультация логопеда</li> </ul>	сентябрь-ноябрь  октябрь	Васина Т. Н.  Сынчикова А. А.  Мосягина Л. И.
<b><u>Тематические выставки</u></b>	<u>Стенгазеты:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Как мы провели лето»</li> <li>• «Осенний бал»</li> <li>• «С праздником, наши любимые мамочки!»</li> </ul> <u>Выставки-конкурсы:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Осенняя фантазия»</li> <li>• «Умелые руки наших мам»</li> </ul> <u>Папка-передвижка:</u> «Как уберечься от ГРИППа»	сентябрь-ноябрь	Васина Т. Н. Сынчикова А. А.
<b><u>Беседы</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Воспитание у ребенка культурно – гигиенических навыков»</li> <li>• «Охрана и укрепление здоровья ребенка в холодное время года»</li> <li>• «Познавательные игры с детьми дома»</li> </ul>	сентябрь  октябрь  ноябрь	Сынчикова А. А. Васина Т. Н
<b><u>Совместные мероприятия</u></b>	Участие в конкурсе поделок из природного материала «Осенний калейдоскоп»» <ul style="list-style-type: none"> <li>• Участие в выставке-конкурсе «Умелые руки наших мам»</li> <li>• Организация Осеннего бала</li> <li>• Организация концерта ко Дню Матери</li> </ul>	сентябрь-ноябрь	Родители Воспитатели

## 2 КВАРТАЛ

Мероприятие	Тема	Дата	Ответственный
<u>Родительское собрание</u>	« развитие ориентировки в пространстве у детей дошкольного возраста посредством графического диктанта»	декабрь	Васина Т. Н.
<u>Консультации</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Зимняя прогулка с ребенком – игры, забавы, наблюдения»</li> <li>• «Организация развивающей среды в семье для познавательной активности детей»</li> <li>• «Родителям о прививках»</li> </ul>	декабрь-февраль	Сынчикова А. А. Васина Т. Н.
<u>Тематические выставки</u>	<p><u>Выставки-конкурсы:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Рождественская открытка»</li> </ul> <p><u>Папка – передвижка:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «День Защитников Отечества»</li> <li>• «Масленица»</li> <li>• «Развитие речи дошкольников»</li> </ul>	Декабрь - февраль	Васина Т. Н. Сынчикова А. А.
<u>Беседы</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Режим дня – вот что важно для меня!»</li> <li>• «Внешний вид дошкольника – важное звено в организации сознательности ребенка, сформированности у него КГН»</li> <li>• «Воспитание нравственных качеств положительным примером»</li> </ul>	декабрь  январь февраль	Сынчикова А. А. Васина Т. Н.
<u>Совместные мероприятия</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подготовка и проведение праздника «Здравствуй, Новый год!»</li> <li>• Участие в конкурсе новогодних поделок</li> <li>• Подготовка и проведение музыкального развлечения «Рождественская сказка»</li> <li>• Акция «Покормите птиц зимой!»</li> <li>• Участие в утреннике ко Дню защитника Отечества</li> <li>• Участие в выпуске стенгазеты «Мой папа самый лучший!»</li> </ul> <p>Помощь в организации и проведении Масленицы</p>	декабрь-февраль	Родительский комитет Родители Воспитатели

### 3 КВАРТАЛ

Мероприятие	Тема	Дата	Ответственный
<b><u>Родительское собрание</u></b>	« Развитие поисково – исследовательской деятельности дошкольников в процессе экспериментирования»	март	Сынчикова А. А.
<b><u>Консультации</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Умственное развитие ребёнка. Игры на внимание»</li> <li>• «Прогулки в природу всей семьей»</li> <li>• Консультация логопеда</li> </ul>	май	Васина Т. Н. Сынчикова А. А.
<b><u>Тематические выставки</u></b>	<p><u>Стенгазеты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Мама, мамочка, мамуля, больше всех тебя люблю я!»</li> <li>• «Празднуем Пасху»</li> <li>• «День Победы»</li> </ul> <p><u>Выставки:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Бабушкины руки»</li> <li>• Конкурс рисунков и поделок ко Дню Победы «Голубь мира»</li> </ul> <p><u>Папка – передвижка:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Солнечные удары, ожоги, отравления»</li> </ul>	март-май	Васина Т. Н. Сынчикова А. А.
<b><u>Беседы</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Расскажите ребенку о школе»</li> <li>• «Закаливание как одно из средств повышения иммунитета ребенка»</li> <li>• «Вежливость воспитывается вежливостью»</li> </ul>	март апрель май	Васина Т. Н. Сынчикова А. А.
<b><u>Совместные мероприятия</u></b>	<p>Участие в праздничном утреннике, посвященном 8 Марта</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Участие в конкурсе рисунков ко Дню Победы</li> <li>• Выпускной бал «До свидания, детский сад!»</li> <li>•</li> </ul>	март-май	Родительский комитет Родители Воспитатели

### 4 КВАРТАЛ

Мероприятие	Тема	Дата	Ответственный
<b><u>Родительское собрание</u></b>	Вот и стали мы на год старше» Подготовка к Выпускному балу.	июнь	Сынчикова А. А. Васина Т. Н.
<b><u>Консультации</u></b>	• «Организация познавательно - исследовательской деятельности детей старшего дошкольного возраста в летний период»	июнь-август	Васина Т. Н. Сынчикова А. А..

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Скоро в школу»</li> </ul> Консультация логопеда.		Мосягина Л. И.
<b><u>Тематические выставки</u></b>	<u>Стенгазеты:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Вот оно какое, наше лето!»</li> </ul> <u>Папка – передвижка:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Витамины на грядке»</li> </ul>	июнь-август	Сынчикова А. А. Васина Т. Н
<b><u>Беседы</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Летние игры на свежем воздухе для развития ребенка»</li> <li>• «Почему необходимо соблюдать режим дня при отсутствии ребёнка в детском саду»</li> <li>• «Особенности взаимодействия ребенка 6-7 лет со сверстниками»</li> </ul>	июнь июль август	Васина Т. Н. Сынчикова А. А.
<b><u>Совместные мероприятия</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выпускной бал «До свидания, детский сад!»</li> <li>• Благоустройство территории детского участка</li> <li>• Выпуск стенгазеты ко Дню семьи, любви и верности</li> <li>• Изготовление поделок и рисунков к тематическим праздникам</li> </ul>	июнь-август	Родительский комитет Родители Воспитатели

Приложение 4.

Расписание НОД на 2022-2023 учебный год

Группа /день недели	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Подготовительная группа «Знайки»	1) 9:00 – 9:30 ОЗКМ 2) 9:35-10:05 Математическое развитие 3) 10:25 – 10:55 Физическая культура	1) 9:00 – 9:30 Рисование <i>9:30-10:20</i> <i>самост. деятельность</i> 2) 10:20 – 10:50 Физическая культура	1) 9:00 – 9:30 Математическое развитие 2) 9:35-10:05 Развитие речи, основы грамотности 3) 10:20 – 10:50 Музыка	1) 9:00 – 9:30 Рисование <i>9:30-10:20</i> <i>самост. деятельность</i> 2) 10:20 – 10:50 Физическая культура (на прогулке)  3) 15.40 – 16.10 Доп.занятие по программе «Отчий край»	1) 9:00 – 9:30 Лепка/аппликация 2) 9:35 – 10:05 Развитие речи, основы грамотности 3) 10:20 – 10:50 Музыка

**Комплексы утренней гимнастики для детей 5-7 лет**

**Сентябрь**

**Комплекс №1**

Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе, бег в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную; ходьба в колонне по одному.

**Упражнения без предметов**

1. И.п. – основная стойка, руки на поясе. 1 - руки стороны; 2 – руки вверх, подняться на носки; 3 – руки в стороны; 4 - вернуться в исходное положение (6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, руки внизу. 1 - руки стороны; 2 – наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 - вернуться в исходное положение (6 раз).
3. И.п. – основная стойка, руки на поясе; 1 – 2 – присесть, руки вынести вперед; 3 – 4 - вернуться в исходное положение (5-6 раз).
4. И.п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – шаг в право, руки в стороны; 2 – наклон в право (влево), правую руку вниз, левую вверх; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 - вернуться в исходное положение (5-6 раз).
5. И.п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – правую ногу назад на носок, руки за голову; 2 – исходное положение, тоже левой ногой (6-7 раз).
6. И.п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 – прыжком ноги вместе. Выполняется на счет 1-8 (или под музыкальное сопровождение).
7. Ходьба в колонне по одному.

**Комплекс №2**

Ходьба в колонне по одному; бег между предметами (кубики, кегли или набивные мячи).

**Упражнения с малым мячом**

1. И.п. – основная стойка, мяч в правой руке. 1 – руки в стороны; 2 – руки вверх, положить мяч в левую руку; 3 - руки в стороны; 4 – руки вниз. (6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, мяч в правой руке. 1 – 2 – поворот в право (влево), ударить мяч о пол; 3 - 4 – вернуться в исходное положение (6 раз).
3. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч в правой руке. 1 – присесть, ударить мячом о пол, поймать его; 2 – вернуться в исходное положение (5-6 раз)..
4. И.п. – стойка на коленях, сидя на пятках, мяч в правой руке. 1 – 4 – с поворотом вправо (влево) прокатить мяч вокруг туловища (6 раз).
5. Игровое упражнение «Пингвины». Дети стоят по кругу, зажимают мяч между колен и по сигналу воспитателя прыгают на двух ногах, продвигаясь по кругу, как пингвины.
6. Ходьба в колонне по одному.

**Комплекс №3**

Игра «Фигуры».

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

**Упражнения без предметов**

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



2. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед к правой (левой) ноге; 3 – выпрямится, руки в стороны; 4 – вернуться в исходное положение (4-6 раз).
3. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за головой. 1 – поворот вправо (влево), правую руку в сторону; 2 – исходное положение (6 раз).
4. И.п. – стойка на коленях, руки вдоль туловища. 1 – 2 – сесть справа (слева) на бедро, руки вперед; вернуться в исходное положение.
5. И. п. – сидя на полу, руки в упоре сзади. 1 – поднять вперед вверх прямые ноги – угол; 2 - вернуться в исходное положение (5-6 раз).
6. И.п. – основная стойка, руки на поясе. Прыжки на двух ногах-левая вперед, правая назад, прыжком сменять положение ног. Выполняется под счет 1-8, затем пауза и снова прыжки (2-3 раза).
7. Игра «У кого мяч?».

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

#### **Комплекс №4**

Игровое задание «Быстро возьми!».

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

#### **Упражнения с палкой**

1. И.п. – основная стойка, палка в низу. 1 – палку в перед, правую (левую) ногу назад на носок; 2 – вернуться в исходное положение (6 раз).
2. И.п. – основная стойка, палка на груди. 1 – присесть, палку вынести вперед; 2 – вернуться в исходное положение (5-6 раз).
3. И.п. – стойка ноги врозь, палка внизу. 1 – 2 – поворот туловища вправо (влево), руки прямые, колени не сгибать; 3 - 4 – вернуться в исходное положение (6 раз).
4. И.п. – сидя ноги врозь, палка на коленях. 1 – палку вверх; 2 – наклон вперед, коснуться правой (левой) ноги; 3 – выпрямится, палку вверх; 4 – вернуться в исходное положение ( по 3 раза).
5. И.п. –лежа на животе, палка в согнутых руках перед собой. 1 – прогнуться, поднять палку вперед; 2 – вернуться в исходное положение (5-6 раз).
6. 7. И.п. – основная стойка, палка внизу. 1 – прыжком ноги врозь, палку вверх; 2 - вернуться в исходное положение. На счет 1-8, повторить 2-3 раза.
7. Ходьба в колонне по одному с палкой в руках.

### **Октябрь**

#### **Комплекс №5**

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

#### **Упражнения без предметов**

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

3. И.п. – основная стойка, руки на поясе. 1-2 – присесть, руки вперед; 3 – 4 – вернуться в исходное положение (5-6 раз).
4. И.п. – стойка на коленях, руки на поясе. 1 – 2 – поворот туловища вправо (влево), коснуться правой рукой пятки левой ноги; 3 - 4 – вернуться в исходное положение (6 раз).
5. И.п. – основная стойка, руки на поясе. На счет 1-4 прыжки на правой ноге; на счет 5-8 прыжки на левой ноге. После небольшой паузы повторить прыжки.
6. Ходьба в колонне по одному.

### **Комплекс №6**

Ходьба и бег в колонне по одному, перешагивая через шнуры (5-6 штук), положенные на расстоянии 40 см. один от другого.

#### **Упражнения с обручем**

1. И.п. – основная стойка, обруч вниз. 1 – обруч вперед; 2 – обруч вверх; 3 – обруч вперед; 4 – исходное положение (4-5 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, обруч на груди, хват рук с боков. 1 – поворот туловища вправо (влево), обруч вправо, руки прямые; 2 – исходное положение (6 раз).
3. И.п. – основная стойка, хват рук с боков, обруч на груди. 1 – присесть, обруч вынести вперед; 2 - вернуться в исходное положение ( 5-6 раз).
4. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, обруч внизу. 1 – обруч вверх; 2 – наклон вперед к правой (левой) ноге; 3 – выпрямиться, обруч вверх; 4 – исходное положение (5-6 раз).
5. И.п. – основная стойка около обруча, руки произвольно. Прыжки на двух ногах вокруг обруча в обе стороны в чередовании с небольшой паузой. Повторить 2-3 раза..
6. Игра «Автомобили».

### **Комплекс №7**

Ходьба и бег между предметами змейкой.

#### **Упражнения с мячом большого диаметра**

1. И.п. – основная стойка, мяч в обеих руках внизу. 1 – мяч вверх; 2 – шаг вправо(влево); 3- приставить ногу; 4- вернуться в и.п.(6-7 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч в согнутых руках перед собой. 1-2- присесть, мяч вперед;
3. 3–4 вернуться в и.п . (5-6 раз).
4. И.п. – стойка ноги врозь, мяч в обеих руках внизу.
5. 1 – мяч вверх руки прямые; 2 – поворот вправо (влево); 3 – выпрямиться мяч вверх; 4 – и.п. (4-5 раз).
6. И.п. – сидя, ноги вместе, мяч на стопах, руки в упоре сзади. 1-2 – поднять ноги вверх, скатить мяч на живот, поймать его; 3-4 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
7. И.п. – основная стойка, мяч в обеих руках внизу.
8. 1 - 2- поднимаясь на носки , поднять мяч вверх; 3- 4- вернуться в и.п.(5-6 раз).
9. Игровое упражнение «Не попадись».

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

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

### **Комплекс №8**

Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя «стой!» - остановиться, бег в колонне по одному. Ходьба и бег чередуются.

#### **Упражнения с обручем**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, обруч в согнутых руках надет на плечи. 1 – поднять обруч вверх, посмотреть в него; 2 – вернуться в исходное положение (5-6 раз).
2. И.п. – стойка в обруче ноги чуть расставлены, руки внизу. 1 – присесть, взять обруч хватом с боков; 2 – выпрямиться, обруч поднять до уровня пояса; 3 – присесть, положить обруч; 4 – встать в и.п. (4-5 раз).
3. И.п. – сидя ноги согнуты в обруче, руки в упоре сзади. 1 – выпрямляя, поднять обе ноги вверх; 2 – развести ноги в стороны, опустить на пол по обе стороны от обруча; 3 – поднять прямые ноги вверх, соединяя; 4 – и.п. (4-5 раз).
4. И.п. – стойка в упоре на коленях, обруч в согнутых руках на груди. 1 – поворот туловища вправо (влево); 2 – и.п. (6 раз).
5. И.п. – стойка перед обручем, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища, прыжки на двух ногах вокруг обруча в обе стороны с небольшой паузой.
6. Игра «Угадай, кто кричит?»

### **Ноябрь**

#### **Комплекс №9**

Игровое упражнение «Кот и мыши».

В центре зала (площадки) находится водящий – кот. На одной стороне зала обозначен дом мышей чертой или шнуром. Воспитатель говорит: «Кот мышей сторожит, притворился будто спит». Дети легко и бесшумно бегают в разных направлениях, а воспитатель приговаривает: «Тише, мыши, не шумите и кота не разбудите». Через 30 сек воспитатель восклицает: «Кот проснулся!» Ребенок, изображающий кота, бежит за мышами, а те прячутся в норке, забегая за черту, прежде чем кот их поймает (осалит).

Ходьба в колонне по одному на носках руки на поясе за котом – он ведет мышек.

#### **Упражнения с палкой**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, палка внизу хватом шире плеч. 1 – палку вверх, потянуться; 2 – сгибая руки, палку назад на лопатки; 3 – палку вверх; 4 – палку вниз, вернуться в и.п. (4-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, палка внизу хват на ширине плеч. 1 – присесть палку вперед; 2 – и.п. (5-6 раз).
3. И.п. – стойка ноги врозь, палка внизу. 1-2 – наклон вперед, палку вверх, прогнуться; 3-4 – и.п. (5-6 раз).
4. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, палка за головой на плечах. 1 – шаг вправо, ногой вправо; 2 – наклон вправо; 3 – выпрямиться; 4 – и.п. То же влево (5-6 раз).
5. И.п. – стойка ноги чуть расставлены, палка за головой на плечах. Прыжки – ноги врозь, ноги вместе. Выполняется на счет 1-8, затем небольшая пауза, повторить упражнение 2-3 раза.
6. Ходьба в колонне по одному.

#### **Комплекс №10**

Ходьба и бег вокруг кубиков с поворотом по сигналу воспитателя.

#### **Упражнение с кубиком**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. 1-2 – поднять руки через стороны вверх, передать кубик в левую руку; 3-4 – вернуться в и.п. (6 раз).

2. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. 1 – присесть, положить кубик на пол; 2 – встать, убрать руки за спину; 3 – присесть, взять кубик в левую руку; 4 – встать, вернуться в и.п. (4-5 раз).
3. И.п. – стойка на коленях, кубик в правой руке. 1 – поворот вправо (влево), положить кубик у носков ног; 2 – вернуться в и.п. 3 – поворот вправо (влево), взять кубик; 4 – и.п. (4-5 раз).
4. И.п. – сидя ноги врозь, кубик в правой руке. 1 – наклониться вперед, положить кубик у левой ноги; 2 – выпрямиться, руки на пояс; 3 – наклониться, взять кубик в левую руку; 4 – выпрямиться. То же левой рукой (4-6 раз).
5. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, кубик на полу, прыжки на двух ногах вокруг кубика в обе стороны.
6. Ходьба в колонне оп одному, кубик в правой руке. На сигнал воспитателя «Показали кубик!» в движении поднять кубик над головой.

### **Комплекс №11**

Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба врассыпную между мечами.

#### **Упражнения с мячом большого диаметра**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу. 1 – поднять мяч на грудь; 2 – поднять мяч вверх, руки прямые; 3 – мяч на груди; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги врозь, мяч в обеих руках внизу. 1 – поднять мяч на грудь; 2 – наклон к правой ноге; 3 – прокатить мяч к левой ноге; 4 – и.п. (5 раз).
3. И. п. - стойка на коленях сидя на пятках. 1-4 – прокатить мяч вправо (влево) вокруг себя, помогая руками (4-6 раз).
4. И.п. – лежа на спине мяч в прямых руках за головой. 1-2 – согнуть ноги, коснуться мячом колен; 3-4 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
5. И.п. – ноги слегка расставлены, руки с мячом вперед, ударить мячом об пол, поймать двумя руками (5-6 бросков).
6. Игра «Лягушки». Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.
7. Игра «Найдем лягушонка».

### **Комплекс №12**

Ходьба в колонне по одному. На сигнал педагога «Пчелки!» дети переходят на бег, помахая руками как крылышками и произносят «жу-жу-жу». Ходьба и бег чередуются.

#### **Упражнения с флажками**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, флажки внизу. 1 – флажки в стороны; 2 – флажки вверх, руки прямые; 3 – флажки в стороны; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, флажки внизу. 1 – повороты вправо (влево), флажки в стороны; 2 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
3. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, флажки внизу. 1 – флажки в стороны; 2 – наклон вперед, скрестить флажки; 3 – выпрямиться, флажки в стороны; 4 – и.п. (5-6 раз).
4. И.п. – ноги на ширине ступни, флажки у плеч. 1-2 – присесть, вынести флажки вперед; 3-4 – и.п. (5-6 раз).
5. И.п. – ноги слегка расставлены, флажки внизу. Прыжки на двух ногах на счет 1-8 в чередовании с небольшой паузой.
6. Ходьба в колонне по одному, помахая флажками над головой (оба флажка в правой руке).

## Декабрь

### Комплекс №13

Игра «Догони пару».

Дети становятся в две шеренги на расстоянии 1 м одна от другой. по команде воспитателя «Раз, два, три – беги!» первая шеренга убегает. Каждый ребенок второй шеренги догоняет ребенка первой шеренги, стоявшего напротив него, прежде чем тот пересечет линию финиша (расстояние – 10 м).

#### **Упражнения с платочком**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках, хват за концы сверху. 1- поднять платочек вперед; 2 – платочек вверх; 3 – платочек вперед; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, платочек в правой руке внизу. 1-2 – поворот вправо, взмахнуть платочком; 3-4 – и.п. Переложить платочек в левую руку. То же влево (6 раз).
3. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках хватом сверху за концы. 1-2 – присесть, вынести платочек вперед; 3-4 – и.п. (4-6 раз).
4. И.п. – стойка ноги врозь, платочек у груди хватом за концы сверху. 1-3 – наклоны вперед, помахать платочком вправо (влево); 4 – и.п. (5-6 раз).
5. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, платочек в правой руке. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево вокруг своей оси, помахивая платочком с небольшой паузой.
6. Ходьба в колонне по одному, помахивая платочком над головой.

### Комплекс №14

Ходьба в колонне по одному. На сигнал воспитателя «Снежинки!» дети останавливаются и выполняют легкое кружение на месте, затем обычная ходьба и бег.

#### **Упражнения с малым мячом**

1. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, мяч в правой руке. 1 – поднять руки в стороны; 2 – руки вверх, переложить мяч в левую руку; 3 – руки в стороны; 4 – и.п. (4-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги врозь, мяч в правой руке. 1 – наклониться вперед; 2-3 – прокатить мяч от правой ноги к левой, поймать его левой рукой; 4 – выпрямиться, мяч в левой руке. То же к левой ноге (5-6 раз).
3. И.п. – сидя ноги скрестно, мяч в правой руке. 1 – поворот вправо, отвести правую руку в сторону; 2 – выпрямиться, переложить мяч в левую руку. То же влево (6 раз).
4. И.п. – лежа на животе мяч в согнутых руках перед собой. 1 – прогнуться, вынести мяч вверх вперед; 2 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
5. И.п. – ноги на ширине ступни, мяч в правой руке. 1 – присесть, вынести мяч вперед в обеих руках; 2 – выпрямиться, вернуться в и.п. (5-6 раз).
6. И.п. – ноги слегка расставлены, мяч в правой руке. Прыжки на двух ногах на месте с небольшой паузой.

### Комплекс №15

Игровое упражнение «Веселые снежинки». Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную – ветер разносит снежинки.

#### **Упражнения без предметов**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, руки внизу. 1 – руки впереди; 2 – руки вверх; 3-4 – через стороны руки вниз. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине ступни. 1-2 – присесть, обхватить колени руками; 3-4 – вернуться в и.п. (5-6 раз).

3. И.п. – сидя ноги врозь, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п. (6 раз).
4. И.п. – лежа на спине, руки за головой. 1-2 – поднять прямые ноги, хлопнуть руками по коленям; 3-4 – и.п. (4-5 раз).
5. И.п. – ноги слегка расставлены, руки на поясе. Прыжком ноги врозь – ноги вместе на счет 1-8. повторить 2-3 раза.
6. Игровое упражнение по выбору детей.

### **Комплекс №16**

Ходьба и бег между кубиками, поставленными в одну линию (расстояние между предметами 0,5 м).

#### **Упражнения с кубиками**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни кубики внизу. 1 – поднять кубики в стороны; 2 – кубики через стороны вверх; 3 – опустить кубики в стороны; 4 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, кубики за спиной. 1 – наклониться вперед, положить кубики на пол; 2 – выпрямиться руки вдоль туловища; 3 – наклониться взять кубики; 4 – и.п. (6 раз).
3. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, кубики в обеих руках внизу. 1-2 – присесть, вынести кубики вперед, постучать 2 раза кубиками один о другой; 3-4 – вернуться в и.п.; (5-6 раз).
4. И.п. – стойка на коленях кубики у плеч. 1-2 – поворот вправо (влево), положить кубик у носков ног; 3-4 – вернуться в и.п. (6 раз).
5. И.п. – стойка ноги слегка расставлены, кубики на полу. Прыжки на двух ногах вокруг кубиков в обе стороны с небольшой паузой.
6. Ходьба в колонне по одному.

## **Январь**

### **Комплекс №17**

Ходьба по кругу вокруг шнура. На сигнал воспитателя «прыг-скок» остановиться и прыгнуть в круг, из круга, затем снова ходьба. Ходьба и прыжки чередуются.

#### **Упражнения с мячом большого диаметра**

1. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу. Подбросить мяч вверх (невысоко), поймать двумя руками (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди. Бросить мяч о пол у правой ноги, поймать двумя руками, выпрямиться. То же у левой ноги (по 4 раза).
3. И.п. – стойка на коленях, сидя на пятках, мяч перед собой на полу. Катание мяча вокруг туловища вправо и влево, помогая руками.
4. И.п. – лежа на спине, мяч в обеих руках за головой. Повернуться на живот, мяч в прямых руках, повернуться на спину, вернуться в и.п. (4-6 раз).
5. И.п. – ноги слегка расставлены, мяч в согнутых руках перед собой. Прыжки на двух ногах с поворотом вокруг своей оси в обе стороны.
6. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.

### **Комплекс №18**

Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными в рассыпную.

### **Упражнения с кеглей**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, кегля в правой руке внизу. 1 – руки в стороны; 2 – руки вперед, переложить кеглю в левую руку; 3 – руки в стороны; 4 – и.п. (4-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, кегля в правой руке. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед, переложить кеглю в левую руку за левой ногой; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п. (5-6 раз).
3. И.п. – стойка на коленях, кегля в правой руке. 1 – поворот вправо, отвести кеглю в сторону; 2 – выпрямиться, переложить кеглю в левую руку. То же влево. (5-6 раз).
4. И.п. – сидя ноги врозь, кегли в обеих руках перед собой. 1 – наклон вперед, поставить кеглю между пяток; 2 – выпрямиться, руки на пояс; 3 – наклониться, взять кеглю; 4 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
5. И.п. – лежа на спине, ноги прямые, кегля в правой руке. 1-2 – поднять правую ногу вверх, переложить кеглю в левую руку; 3-4 – опустить ногу, вернуться в и.п. (4-6 раз).
6. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, руки произвольно, кегля на полу. Прыжки на двух ногах вокруг кегли в обе стороны с небольшой паузой.
7. Ходьба в колонне по одному с кеглей в руках.

### **Комплекс №19**

Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени – как петушки. Бег семенящим шагом (короткие шаги). Ходьба и бег чередуется.

#### **Упражнение с обручем**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, обруч внизу. 1 – обруч вперед, 2 – обруч на грудь, 3 – обруч вперед; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стоя в обруче, руки вдоль туловища. 1 – присесть, взять обруч двумя руками хватом с боков; 2 – встать, поднять обруч до пояса; 3 – присесть, положить обруч на пол; 4 – и.п. (4-6 раз).
3. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, обруч на груди. 1 – поворот вправо (влево); 2 – и.п. (5-6 раз).
4. И.п. – сидя, ноги врозь, обруч на груди. 1-2 – наклон вперед, коснуться ободом пола; 3-4 – и.п. (5-7 раз).
5. И.п. – стоя перед обручем, руки произвольно, прыжки на двух ногах вокруг обруча в обе стороны.
6. Игра «Автомобили».

### **Комплекс №20**

Ходьба и бег между предметами, поставленными в одну линию (расстояние между предметами 0,5 м).

#### **Упражнения без предметов**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, руки внизу. 1 – руки в стороны; 2 – руки вверх, хлопнуть в ладоши; 3 – руки в стороны; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед, хлопнуть в ладоши за коленом правой (левой) ноги; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п. (5-6 раз).
3. И.п. – ноги на ширине ступни, руки на поясе. 1 – присесть, хлопнуть в ладоши перед собой; 2 – встать, вернуться в и.п. (5-6 раз).
4. И.п. – сидя руки в упоре сзади. 1 – поднять прямые ноги вперед-вверх; 2 – развести ноги в стороны; 3 – соединить ноги вместе; 4 – и.п. (4-5 раз).

- И.п. – ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища. 1 – прыжком ноги врозь; 2 – прыжок ноги вместе. Выполняется на счет 1-8, затем небольшая пауза; повторить прыжки. Темп выполнения умеренный.
- Ходьба в колонне по одному.

## Февраль

### Комплекс №21

Игровое упражнение «Прокати мяч».

Дети шеренгой (или двумя) становятся на одной стороне зала. По сигналу воспитателя «Покатили!» наклоняются вперед, прокатывают мяч, а затем бегут за ним. На исходную линию возвращаются шагом (2-3 раза). Построение в круг.

#### **Упражнения с мячом большого диаметра**

- И.п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу. 1-2 – поднять мяч вверх, поднимаясь на носки; 3-4 – вернуться в и.п. (5 раз).
- И.п. – стойка ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках на груди. 1-3 – наклониться к правой (левой) ноге, прокатить мяч вокруг ноги; 4 – и.п. (5-6 раз).
- И.п. – сидя ноги прямые, руки в упоре сзади, мяч на стопах. 1-2 – поднять прямые ноги, скатить мяч на грудь, поймав его; 3-4 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
- И.п. – лежа на животе, ноги прямые, мяч в согнутых руках перед собой. 1 – прогнуться, поднять мяч вперед; 2 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
- И.п. – ноги чуть расставлены, мяч внизу. 1 – шаг правой ногой вправо (левой влево), мяч поднять над головой; 2 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
- Игра «Кот и мыши».

### Комплекс №22

Игровое задание «Догони свою пару». Дети бегут с одной стороны площадки на противоположную.

#### **Упражнения на стульях**

- И.п. – сидя на стуле, руки внизу. 1 – поднять руки в стороны; 2 – руки вверх; 3 – руки в стороны; 4 – и.п. (5-6 раз).
- И.п. – сидя на стуле, ноги расставлены, руки на поясе. 1 – наклон вправо (влево); 2 – и.п. (5-6 раз).
- И.п. – сидя на стуле, ноги вместе прямые, руки в упоре с боков стула. 1 – поднять правую (левую) ногу вперед-вверх; 2 – опустить ногу, вернуться в и.п. (4-6 раз).
- И.п. – сидя на стуле, ноги расставлены и согнуты, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вправо (влево); 3 – выпрямиться; 4 – вернуться в и.п. (6 раз).
- И.п. – стоя за стулом, держаться за спинку стула. 1-2 – приседая, колени развести; 3-4 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
- И.п. – стоя боком к стулу, руки произвольно. Прыжки на двух ногах вокруг стула в обе стороны под счет воспитателя. Другая серия прыжков выполняется с небольшой паузой.
- Ходьба в колонне по одному.

### Комплекс №23

Ходьба в колонне по одному, затем по кругу, взявшись за руки. По сигналу воспитателя изменить направление движения и пойти в другую сторону.

#### **Упражнения без предметов**

- И.п. – стойка ноги на ширине ступни, руки внизу. 1 – поднять руки в стороны; 2 – руки за голову; 3 – руки в стороны; 4 и.п. (6-7 раз).



2. И.п. – ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вправо (влево), правая рука вниз, левая вверх; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п. (4-6 раз).
3. И.п. – стойка на коленях, руки у плеч. 1-2 – поворот вправо (влево), коснуться пятки левой (правой) ноги; 3-4 – вернуться в и.п. (6 раз).
4. И.п. – стойка ноги прямые, руки в упоре сзади. 1-2 – поднять прямые ноги вверх; 3-4 вернуться в и.п. (5 раз).
5. И.п. – лежа на животе, руки прямые. 1-2 – прогнуться, руки вперед-вверх; 3-4 – и.п. (4-5 раз).
6. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, ноги согнуты к плечам. 1-2 – поднимаясь на носки, руки вверх, потянуться; 3-4 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
7. Игра «Огуречик, огуречик...»

#### **Комплекс №24**

Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя «Лошадки!» ходьба, высоко поднимая колени (темп средний); бег в колонне по одному, сигнал «Пчелки!» поднять руки в стороны. Ходьба и бег чередуются.

#### **Упражнения с палкой**

1. И.п. – стойка ноги вместе, палка внизу, хват шире плеч. 1 – палку вверх, потянуться; 2 – сгибаемая руки, палка на грудь; 3 – палку вверх; 4 – палку вниз. (6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, палка внизу. 1 – присесть, палка вперед; 2 – вернуться в и.п. (6 раз).
3. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, палка на груди. 1 – палку вверх; 2 – наклон вправо (влево); 3 – палку вверх; 4 – и.п. (6 раз).
4. И.п. – стойка ноги врозь, палка внизу. 1-2 – наклон вперед, прогнуть спину, палка вверх; 3-4 – и.п.
5. И.п. – стойка ноги вместе, палка внизу. 1 – прыжком ноги врозь, палка вперед; 2 – прыжком ноги вместе, палка вниз. Выполняется на счет 1-8, повторить 2-3 раза. Счет ведет воспитатель, темп прыжков умеренный.
6. Ходьба в колонне по одному.

### **Март**

#### **Комплекс №25**

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

#### **Упражнения с обручем**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, обруч внизу. 1 – обруч на грудь; 2 – обруч вверх; 3 – обруч на грудь; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, обруч на груди. 1-2 – присесть, вынести обруч вперед; 3-4 – и.п.
3. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, обруч на груди. 1 – поворот вправо (влево); 2 – и.п. (6 раз).
4. И.п. – стойка ноги на ширине, обруч внизу; 1 – обруч вперед; 2 – наклон вперед, коснуться пола; 3 – выпрямиться, обруч вперед; 4 – и.п. (6 раз).
5. И.п. – стойка в обруче, руки на поясе, прыжки на счет 1-7, на счет 8 прыжок из обруча, темп прыжков умеренный, повторить 3-4 раза.
6. Ходьба в колонне по одному.

#### **Комплекс №26**

Ходьба и бег вокруг кубиков, с поворотом в обе стороны по сигналу воспитателя.

### **Упражнения с кубиками**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, кубики внизу. 1 – кубики в стороны; 2 – кубики вверх; 3 – кубики в стороны; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги врозь, кубики у плеч. 1 – вынести кубики вперед; 2 – наклониться, положить кубики у носков ног; 3 – выпрямиться, руки на поясе; 4 – наклониться, взять кубики, вернуться в и.п. (6 раз).
3. И.п. – стойка на ширине ступни, кубики внизу. 1- присесть, кубики вперед; 2 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
4. И.п. – стойка на коленях, кубики у плеч. 1-2 – поворот вправо (влево), поставить кубики у носков ног; 3-4 – вернуться в и.п. (6 раз).
5. И.п. – стойка ноги слегка расставлены перед кубиками, руки произвольно. Прыжки на двух ногах вокруг кубиков в обе стороны. Перед серией прыжков в другую сторону небольшая пауза.
6. Ходьба в колонне по одному.

### **Комплекс №27**

Ходьба и бег в колонне по одному между различными предметами – змейкой.

#### **Упражнения с мячом большого диаметра**

1. И.п. стойка ноги на ширине ступни, мяч внизу. 1 – мяч на грудь; 2 – мяч вверх, потянуться; 3 – мяч на грудь; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги врозь, мяч в обеих руках внизу. 1-3 – наклониться вперед и прокатить мяч по полу вокруг левой (правой) ноги; 4 – и.п. (4-5 раз).
3. И.п. – стойка на коленях, сидя на пятках, мяч в обеих руках внизу. 1-4 – прокатить мяч вправо (влево), поворачиваясь и перебирая руками (по 3 раза в каждую сторону).
4. И.п. - сидя руки в упоре сзади, мяч лежит на стопах ног. 1-2 – поднять ноги вверх, скатывая мяч на живот, поймать мяч; 3-4 – и.п. (4-5 раз).
5. И.п. – ноги слегка расставлены, мяч в согнутых руках. Прыжки на двух ногах с поворотом вокруг своей ноги на счет 1-8. перед серией прыжков небольшая пауза. Повторить 2-3 раза.
6. Игра «Автомобили».

### **Комплекс №28**

Игра «По ровненькой дорожке» (см. Комплекс №20 для детей 3-4 лет).

#### **Упражнения без предметов**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, руки внизу. 1 – поднять руки в стороны; 2 – руки за голову; 3 – руки в стороны; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклониться вперед, коснуться пола; 3 - выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п. (4-5 раз).
3. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, руки за головой. 1-2 – присесть, руки в стороны; 3-4 – и.п. (5-6 раз).
4. И.п. – стойка ноги врозь, руки на поясе. 1 – поворот вправо (влево), руку отвести вправо. 2 – и.п. (6 раз).
5. И.п. – ноги вместе, руки вдоль туловища. Выполняется под счет воспитателя 1-8, затем пауза и повторить 1 раз.
6. Ходьба в колонне по одному.

## Апрель

### Комплекс №29

Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя «Лягушки!» остановиться, присесть, руки положить на колени, бег в колонне по одному. На сигнал «Птицы!» помахать руками как крылышками, ходьба и бег чередуются.

#### **Упражнения с флажками**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, флажки внизу. 1 – поднять флажки в стороны; 2 – флажки вверх; 3 – флажки в стороны; 4 – и.п. (4-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, флажки внизу. 1 – флажки в стороны; 2 – наклон вперед к правой (левой) ноге; 3 – выпрямиться флажки в стороны; 4 – и.п. (6 раз).
3. И.п. – стойка на коленях флажки у плеч. 1-2 – поворот вправо (влево), флажки взмахом в сторону; 3-4 - и.п. (6 раз).
4. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, флажки внизу. 1 – шаг вправо (влево), флажки взмахом в стороны; 2 – и.п. (5-6 раз).
5. И.п. – основная стойка– ноги слегка расставлены, ступни параллельны, оба флажка в правой руке. Прыжки на двух ногах на месте с небольшой паузой.
6. Ходьба в колонне по одному, помахая флажками (оба флажка в правой руке).

### Комплекс №30

Игра «Тишина» (см. Комплекс №5 для детей 3-4 лет).

#### **Упражнения с кеглей**

1. И.п. – основная стойка, кегля в правой руке внизу. 1-2 – поднять через стороны руки вверх, переложить кеглю в левую руку; 3-4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. - стойка ноги на ширине плеч, кегля в правой руке. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед, переложить кеглю в левую руку; 3 – выпрямиться руки в стороны; 4 – и.п. (4-6 раз).
3. И.п. – стойка на коленях кегля в правой руке. 1-2 – поворот вправо, поставить кеглю к носкам правой ноги, вернуться в и.п. 3-4 – поворот вправо, взять кеглю, вернуться в и.п., переложить кеглю в левую руку. Так же влево. (6 раз).
4. И.п. – ноги слегка расставлены, кегля в правой руке. 1 – присесть, поставить кеглю у ног; 2 – встать выпрямиться, руки на пояс; 3 – присесть взять кеглю левой рукой; 4 – и.п. (4-5 раз).
5. И.п. – основная стойка, руки произвольно, кегля на полу. Прыжки на двух ногах вокруг кегли в обе стороны чередование с небольшой паузой.
6. Игра «Найдем лягушонка».

### Комплекс №31

Ходьба в колонне по одному; бег враспынную.

#### **Упражнения с палкой**

1. И.п. – стойка ноги чуть расставлены, палка внизу хватом шире плеч. 1-2 – поднять палку вверх, потянуться. 3-4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – основная стойка, палка внизу хватом шире плеч. 1 – палку на грудь, 2 – присесть, палку вперед; 3 – встать палку на грудь; 4 – и.п. (4-5 раз).
3. И.п. – сидя ноги врозь, палка хватом шире плеч на груди. 1 – палку вверх; 2 – наклон к правой (левой) ноге, коснуться носка; 3 – выпрямиться палку вверх; 4 – и.п. (6 раз).
4. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, палка за головой на плечах. 1 – наклон вправо (влево); 2 – и.п. (5-6 раз).
5. И.п. – основная стойка, палка внизу хватом шире плеч, прыжки на двух ногах на счет 1-8. Повторить 2-3 раза в чередовании с небольшой паузой.
6. Ходьба в колонне по одному с палкой (держать как ружье).

### **Комплекс №32**

Прокатывание малых мячей в прямом направлении по сигналу воспитателя, и бег за ними на другую сторону площадки. Ходьба на другую сторону на исходную линию (2 раза).

#### **Упражнения с малым мячом**

1. И.п. – стойка ноги врозь мяч в правой руке. 1 – руки в стороны; 2 – руки вверх, передать мяч в другую руку; 3 – руки в стороны; 4 – руки вниз. (5-6 раз)
2. И.п. – стойка ноги врозь мяч в правой руке. 1 – наклон к правой ноге; 2-3 – прокатить мяч к левой, обратно к правой в и.п. то же в наклоне к левой ноге. (4-5 раз)
3. И.п. – основная стойка, мяч в обеих руках внизу. 1 – присесть, вынести мяч вперед; 2 – и.п. (5-6 раз).
4. И.п. – лежа на спине мяч в обеих руках за головой. 1-2 – одновременным движением поднять правую (левую) ногу и руки с мячом, коснуться мячом колена; 3-4 – и.п. (5-6 раз).
5. И.п. – стойка ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой, броски мяча вверх (невысоко) и ловля двумя руками. Выполняется произвольно.
6. Ходьба в колонне по одному, мяч в правой руке. Поднять над головой.

### **Май**

#### **Комплекс №33**

Ходьба и бег в колонне по одному в чередовании.

#### **Упражнения без предметов**

1. И.п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – руки в стороны; 2 – сгибая руки к плечам, подтянуться; 3 – опуститься на всю ступню, руки в стороны; 4 – вернуться в и.п. (5 раз).
2. И.п. – сидя ноги врозь, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед, коснуться пола между пяток ног; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п. (6 раз).
3. И.п. – стойка на коленях, руки за голову. 1 – поворот вправо (влево), отвести правую руку; 2 – и.п. (6 раз).
4. И.п. – стойка ноги слегка расставлены, руки за спиной. 1-2 – глубоко присесть, руки за голову, сводя локти вперед и наклоняя голову; 3-4 – и.п. (4-5 раз).
5. И.п. – основная стойка руки на поясе. 1 – мах правой ногой вправо(влево); 2 – и.п. (5-6 раз).
6. Игра «Солнышко».

#### **Комплекс №34**

Ходьба и бег в колонне по одному между кубиками (8-10 шт), поставленными вдоль площадки. Расстояние между предметами 0,5 м.

#### **Упражнения с кубиками**

1. И.п. – основная стойка, кубики в обеих руках внизу. 1 – кубики вперед; 2 – кубики вверх; 3 – кубики в стороны; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – сидя ноги врозь, кубики у плеч. 1 – наклониться вперед, положить кубики у носков ног; 3-4 – и.п. (5-6 раз).
3. И.п. – стойка на коленях, кубики у плеч. 1 – поворот вправо, положить кубик у носков ног; 2 – выпрямиться; 3 – поворот влево, поставить кубик; 4 – выпрямиться; 5 – поворот вправо (влево); 6 – и.п. (по 3 раза).
4. И.п. – основная стойка, кубики у плеч. 1-2 – присесть, вынести кубики вперед; 3-4 – и.п. (5 раз).

5. И.п. – стоя перед кубиками, ноги слегка расставлены, руки произвольно, прыжки на двух ногах вокруг кубиков.
6. Ходьба в колонне по одному.

### **Комплекс №35**

Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную.

#### **Упражнения с косичкой (длина 50 см)**

1. И.п. – основная стойка, косичка внизу в двух руках. 1 – косичку на грудь; 2 – косичку вверх; 3 – косичку на грудь; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – основная стойка, косичка внизу в двух руках. 1 – присесть, косичку вперед; 2 – и.п. (4-5 раз).
3. И.п. – стойка ноги врозь, косичка внизу в обеих руках. 1 – косичку вверх; 2 – наклон вправо (влево); 3 – выпрямиться; 4 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
4. И.п. – сидя ноги врозь, косичка на груди. 1-2 – наклон вперед, коснуться носков ног; 3-4 – и.п. (5-6 раз).
5. И.п. – стоя боком к косичке, руки на поясе, косичка на полу, прыжки через косичку, справа и слева, подвигаясь вперед. Поворот кругом. И снова прыжки вдоль косички на двух ногах.
6. Игра малой подвижности по выбору детей.

### **Комплекс №36**

Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя «Аист!» остановиться и встать на одной ноге, руки на пояс. На сигнал «Лягушки!» присесть, бег врассыпную.

#### **Упражнения с мячом большого диаметра**

1. И.п. – основная стойка, мяч внизу. 1-2 – поднимаясь на носки, поднять мяч вверх; 3-4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги врозь, мяч внизу. 1 – поднять мяч вверх; 2 – наклон вправо (влево); 3 – выпрямиться; 4 – и.п. (6 раз).
3. И.п. – основная стойка, мяч на груди. 1 – присесть, мяч вперед; 2 – и.п. (4-5 раз).
4. И.п. – лежа на спине ноги прямые, мяч за головой. 1-2 – поднять правую (левую) ногу, коснуться мячом колена; 3-4 – и.п. (4-6 раз).
5. Игра «Удочка».
6. Ходьба в колонне по одному.

## **Июнь**

### **Комплекс №37**

Игра «Догони свою пару».

Дети перебегают с одной стороны площадки на противоположную.

#### **Упражнения без предметов**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. 1 – поднять руки вперед, хлопнуть в ладоши перед собой; 2 – отвести руки назад, хлопнуть в ладоши за спиной; 3 – вынести руки вперед, хлопнуть в ладоши перед собой; 4 – и.п. (4-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. 1 – поворот вправо, хлопнуть в ладоши; 2 – выпрямиться, вернуться в и.п. То же влево. (по 3 раза).
3. И.п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – поднять правую (левую) ногу вперед, хлопнуть под коленом; 3 – опустить ногу, руки в стороны; 4 – вернуться в и.п. (6 раз).
4. И.п. – лежа на животе, руки согнуты в локтях перед собой. 1 – руки вперед, прогнуться; 2 – и.п. (5-6 раз).

- И.п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 – прыжком ноги вместе, вернуться в и.п. Выполняется на счет 1-8, повторить 2 раза.
- Ходьба в колонне по одному.

### **Комплекс №38**

Игра «Совушка».

#### **Упражнения с кубиком**

- И.п. – основная стойка, кубик в правой руке. 1-2 – поднимаясь на носки, переложить кубик в левую руку; 3-4 – и.п. (5-6 раз).
- И.п. – основная стойка, кубик в правой руке. 1 – присесть, переложить кубик в левую руку; 2 – и.п., кубик в левой руке (5-6 раз).
- И.п. – сидя ноги врозь, кубик в правой руке. 1 – наклониться, положить кубик у носка левой ноги; 2 – выпрямиться, руки на пояс; 3 – наклониться, взять кубик в левую руку. То же к правой ноге (по 3 раза).
- И.п. – стойка на коленях, кубик в правой руке. 1 – поворот вправо (влево), положить кубик у носков ног; 2 – поворот вправо (влево), взять кубик (6 раз).
- И.п. – основная стойка перед кубиком, руки вдоль туловища. Прыжки на двух ногах, вокруг кубика в обе стороны.
- Ходьба в колонне по одному с кубиком в руках.

### **Комплекс №39**

Игра «Огуречик, огуречик...»

#### **Упражнения с палкой**

- И.п. – основная стойка, палка внизу. 1 – поднять палку вверх; 2 – опустить палку за голову на плечи; 3 – палку вверх; 4 – и.п. (5-6 раз).
- И.п. – стойка ноги на ширине плеч, палка внизу. 1 – поднять палку вверх; 2 – наклон вправо (влево); 3 – выпрямиться; 4 – и.п. (5-6 раз).
- И.п. – сидя ноги врозь, палка внизу. 1 – поднять палку вверх; 2 – наклон вперед, коснуться носков ног; 3 – выпрямиться, палку вверх; 4 – и.п. (6 раз).
- И.п. – стойка ноги чуть расставлены, опираясь двумя руками о палку. 1-2 – присесть; 3-4 – и.п. (5-6 раз).
- И.п. – основная стойка, палка на груди. 1 – правую ногу назад на носок, палку вверх; 2 – и.п. То же левой ногой (5-6 раз).
- Ходьба в колонне по одному.

### **Комплекс №40**

Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную по всей площадке.

#### **Упражнение с обручем**

- И.п. – основная стойка, обруч внизу. 1-2 – поднять обруч вверх, поднимаясь на носки; 3-4 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
- И.п. – ноги слегка расставлены, обруч у груди. 1 – присесть, вынести обруч вперед; 2 – и.п. (4-6 раз).
- И.п. – ноги на ширине плеч
- И.п. – стойка ноги врозь, обруч внизу. 1 – поднять обруч вверх; 2 – наклониться, коснуться ободом пола; 3 – выпрямиться, обруч вверх; 4 – и.п. (5-6 раз).
- И.п. – основная стойка в обруче, руки произвольно. На счет 1-7 прыжки на двух ногах в обруче, на счет 8 прыжок из обруча (2-3 раза).
- Ходьба в колонне по одному.

## Июль

### Комплекс №41

Игра «По ровненькой дорожке».

#### **Упражнения с флажками**

1. И.п. – основная стойка, флажки внизу. 1 – флажки в стороны; 2 – флажки вперед, скрестить; 3 – флажки в стороны; 4 – и.п. (4-5 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, флажки внизу. 1 – поворот вправо (влево), взмахнуть флажками; 2 – и.п. (6 раз)
3. И.п. – основная стойка, флажки у плеч. 1-2 – присесть, вынести флажки вперед; 3-4 – и.п. (5-6 раз)
4. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, флажки внизу. 1 – поднять флажки в стороны; 2 – наклониться вперед, скрестить флажки. 3 – выпрямиться, флажки в стороны; 4 – и.п. (4-5 раз).
5. И.п. – основная стойка, флажки внизу. Прыжки на двух ногах на месте с небольшой паузой.

### Комплекс №42

Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу воспитателя.

#### **Упражнения с мячом большого диаметра**

1. И.п. – стойка ноги слегка расставлены, мяч в обеих руках внизу. 1 – мяч вперед; 2 – мяч вверх, руки прямые; 3 – мяч вперед; 4 – и.п. (4-5 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч внизу. 1-2 – присесть, мяч вынести вперед; 3-4 – и.п. (4-5 раз).
3. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, в согнутых руках у груди. Поворот вправо (влево), уронить мяч у носка правой ноги, поймать мяч и вернуться в и.п. (по 3 раза).
4. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках перед собой, броски мяча вверх невысоко и ловля его двумя руками (несколько раз подряд).
5. И.п. – основная стойка, мяч внизу. 1 – правую ногу назад на носок, мяч вперед; 2 – и.п., то же левой ногой (5-6 раз).
6. И.п. – основная стойка, мяч в согнутых руках, прыжки на двух ногах вокруг своей оси с небольшой паузой.
7. Ходьба в колонне по одному.

### Комплекс №43

И.п. – Ходьба в колонне по одному с остановкой. По сигналу воспитателя бег между предметами (кегли, кубики). Ходьба и бег чередуются.

#### **Упражнения без предметов**

1. И.п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – руки к плечам; 2 – руки вверх; 3 – руки к плечам; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед, коснуться ладонями колен; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 и.п. (5 раз).
3. И.п. – стойка ноги врозь, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вправо (влево), правую руку вниз, левую вверх; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п. (6 раз).
4. И.п. – основная стойка руки вдоль туловища. 1 – прыжком ноги врозь руки в стороны; 2 – прыжком ноги вместе, руки вдоль туловища. Выполняется на счет 1-8. повторить 2-3 раза.
5. Ходьба в колонне по одному.

### **Комплекс №44**

Игра «Солнышко».

#### **Упражнения с кеглей**

1. И.п. – основная стойка, кегля в правой руке. 1 – руки в стороны; 2 – поднять кеглю вверх, переложить в левую руку; 3 – руки в стороны; 4 – и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – основная стойка, кегля в правой руке. 1 – присесть, поставить кеглю на пол; 2 – встать, выпрямиться; 3 – присесть, взять кеглю в левую руку, вернуться в и.п. (4-5 раз).
3. И.п. – стойка на коленях, кегля в правой руке. 1 – поворот вправо (влево), поставить кеглю у носка правой ноги; 2 – выпрямиться, руки на пояс; 3 – поворот вправо (влево), взять кеглю; 4 – вернуться в и.п. (6 раз)
4. И.п. – сидя ноги врозь, кегля в обеих руках перед собой. 1 – наклониться вперед, поставить кеглю у носков ног; 2 – выпрямиться, руки на пояс; 3 – наклон вперед, взять кеглю; 4 – и.п. (5-6 раз)
5. И.п. – основная стойка, кегля на полу, руки вдоль туловища, прыжки на двух ногах вокруг кегли в обе стороны. Перед прыжками в другую сторону небольшая пауза.
6. Ходьба в колонне по одному, в правой руке кегля.

### **Август**

#### **Комплекс №45**

Ходьба, бег в колонне по одному. Ходьба и бег врассыпную.

#### **Упражнения с косичкой (скакалкой)**

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни. 1 – косичку на грудь; 2 – косичку вверх, потянуться; 3 – косичку на грудь; 4 – и.п. (4-5 раз).
2. И.п. – ноги на ширине плеч, косичка внизу. 1 – косичку вверх; 2 – наклон вправо (влево); 3 – выпрямиться, косичку вверх; 4 – и.п. (6 раз).
3. И.п. – стойка ноги на ширине стопы, косичка внизу. 1-2 – присесть, косичку вперед; 3-4 – вернуться в и.п. (4-5 раз).
4. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, косичка внизу. 1 – поднять косичку вверх; 2 – наклон вперед, коснуться косичкой правой (левой) стопы; 3 – выпрямиться, косичку поднять вверх; 4 – вернуться в и.п. (4-5 раз).
5. И.п. – основная стойка, косичка внизу. 1 – прыжком ноги врозь, косичку вперед; 2 – прыжком ноги вместе, косичку вниз. Выполняется на счет воспитателя 1-8. Повторить 2-3 раза.
6. Ходьба в колонне по одному.

#### **Комплекс №46**

Игровое упражнение «Пробеги – не задень». Ходьба и бег по дорожке из шнуров или реек (длина 3-4 м, ширина – 30 см).

#### **Упражнения с кубиком**

1. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, кубик в правой руке. 1 – руки в стороны; 2 – поднимаясь на носки, руки вверх, переложить кубик в левую руку; 3 – опуститься на всю ступню, руки в стороны; 4 – и.п. (4-5 раз).
2. И.п. – основная стойка, кубик в правой руке. 1 – присесть, переложить кубик в левую руку; 2 – и.п. (5-6 раз).
3. И.п. – стойка на коленях, кубик в правой руке. 1 – наклон вправо (влево), положить кубик подальше; 2 – выпрямиться, руки на пояс; 3 – наклон вправо (влево), взять кубик; 4 – и.п. (6 раз).
4. И.п. – сидя ноги врозь, кубик в правой руке. 1 – наклон вперед, поставить кубик между пяток ног; 2 – выпрямиться, руки на пояс; 3 – наклон вперед, взять кубик левой рукой; 4 – и.п., кубик в левой руке (4-5 раз)



5. И.п. – основная стойка перед кубиком, руки вдоль туловища, прыжки вокруг кубика в обе стороны с небольшой паузой между сериями прыжков.
6. Игра «Совушка».

#### **Комплекс №47**

Игровое упражнение «Пробеги – не задень». Ходьба и бег между предметами (кубики, кегля, мячи) змейкой, стараясь не задеть их.

#### **Упражнения с обручем**

1. И.п. – основная стойка, обруч внизу, хват рук с боков. 1 – обруч вперед; 2 – обруч вверх; 3 – обруч вперед; 4 – и.п. (4-5 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, обруч у груди. 1 – присесть, обруч вперед; 2 – и.п. (5 раз).
3. И.п. – стойка на коленях, обруч хватом рук с боков. 1 – поворот вправо (влево); 2 – и.п. (6 раз).
4. И.п. – основная стойка, обруч хватом согнутых рук с боков на груди. 1 – поднять правую (левую) ногу, согнутую в колене, коснуться ободом обруча; 2 – и.п. (5-6 раз).
5. И.п. – стоя в обруче, руки вдоль туловища. На счет 1-7 прыжки на двух ногах в обруче, на счет 8 прыжок из обруча. Повторить 2-3 раза.
6. Игра «Кто ушел?».

#### **Комплекс №48**

Игра «Догони мяч». По сигналу воспитателя прокатить мяч от исходной черты и побегать за ним. Для повторения игрового задания дети возвращаются шагом.

#### **Упражнения с мячом большого диаметра**

1. И.п. – основная стойка, мяч внизу. 1-2 – поднимаясь на носки, мяч поднять вверх; 3-4 – вернуться в и.п. (5-6 раз).
2. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч у груди. 1 – присесть, уронить мяч, поймать; 2 – вернуться в и.п. (несколько раз подряд).
3. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках у груди. 1 – поворот вправо (влево); 2 – бросить мяч о пол у правой (левой) ноги; 3 – поймать мяч; 4 – и.п. (по 3 раза в каждую сторону).
4. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу, броски мяча вверх (невысоко), ловля его двумя руками несколько раз подряд. Выполняется в произвольном темпе.
5. Игра «Удочка».
6. Ходьба в колонне по одному.

Комплексы гимнастики после сна

**1-я половина сентября.**

**1. Гимнастика пробуждения в постели.**

1. Солнце смотрит нам в окошко, просыпайся поскорей.  
*(дети поднимают руки вверх, машут ими, показывая что они проснулись).*
2. «Помашем солнышку». И.п.: лёжа на спине. Вып.: руки в стороны, вверх, потрясти ими, вернуться в и.п.
3. «Поиграем с солнышком». И.п.: лёжа на спине. Вып.: одновременно поднимают кверху ноги и руки, затем опускают их.
4. «Жуки барахтаются». И.п.: то же. Вып.: дрыгание руками и ногами.

**2. Профилактика плоскостопия.**

Дети из спальни в группу идут по ребристой доске, по массажным коврикам, строятся врассыпную.

Игра «Как зверята». Воспитатель называет животного, а дети изображают его.

«Лисичка» - *идут на носках.*

«Медведь» - *ходьба на внешней стороне стопы,*

«Лось» - *ходьба с высоким подниманием колен.*

«Ёжик» - *ходьба в полуприсяде.*

**3. Профилактика нарушений осанки.**

Скачут, скачут по лесочку Зайки – серые клубочки

*(дети прыгают на месте на двух ногах, руки слегка согнуты («лапки»)).*

Прыг – скок, прыг – скок *(прыжки вперёд-назад)*, стал зайчонок на пенёк.

Всех построил по порядку и стал показывать зарядку.

*(дети стоят прямо, руки на поясе)*

Шаг на месте раз-два, раз - два *(шагают на месте)*

Присели – встали, присели – встали *(делают приседания)*

Потянулись *(руки тянут кверху)*

И нагнулись *(наклон вперёд, руки на поясе)*

А теперь опять все дружно встали в ряд и зашагали как отряд.

**4. Дыхательная гимнастика «Ушки».** И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Вып.: лёгкий наклон головы вправо, ухо к правому плечу – сделать *вдох* через нос.

Вернуться в и.п. Тоже к левому плечу.

**2-я половина сентября.**

**1. Гимнастика пробуждения в постели.**

1. Тянем руки выше, выше, руками облака достали, и немного выше стали.

*(лежа в кровати тянут как можно выше руки вверх)*

2. Чтоб головку разбудить, надо шейкой покрутить. *(повороты головы вправо, влево)*

3. «Велосипедисты». *Движения ногами, как буд-то езда на велосипеде.*

4. А куда же делись ножки? Одеядо мы подняли, сразу ножки пошагали.

**2. Профилактика плоскостопия.**

*Дети друг за другом идут в группу по извилистой дорожке, по массажным коврикам, по солевой дорожке.*

**3. Профилактика нарушений осанки.**

*Воспитатель проговаривает, дети выполняют соответствующие движения.*

А сейчас все по порядку

Встали дружно на зарядку.

Руки в стороны - согнули,

Вверх подняли- помахали,

Спрятали за спину их.

Оглянулись через правое плечо,

Затем через левое еще.

Дружно все присели - пяточки задели,

На носочках поднялись - опустили руки вниз.

**4. Дыхательная гимнастика** «Улыбнулись, потянулись». Улыбку *вдыхаем*, а капризы *выдыхаем*.

### **1-я половина октября.**

#### **1. Гимнастика пробуждения в постели.**

*се движения выполняют по тексту.*

Чтобы сильными стать, надо руки тренировать.

Поднимать и опускать.

Сжать кулак, поднять руки вверх, разжать и опустить.

Чтобы ноги были сильными,

Будем их тренировать (*поднимание ног вверх, руки прижаты к туловищу*).

А теперь все дружно встали и к дорожкам пошагали.

#### **2. Профилактика плоскостопия.**

*Дети друг за другом идут по солевой дорожке, по ребристой доске, идут по массажным коврикам. Останавливаются на них и следующие упражнения выполняют на массажных ковриках.*

Упражнения выполняют из положения основной стойки, руки на поясе.

1. «Подросли». Вып.: приподнимание на носочках. *Повторить 5-6 раз.*

2. «Качели». Вып.: Стоя на носочках перейти на наружный край стопы и вернуться в исходное положение. *Повторить 5-6 раз.*

#### **3. Профилактика нарушений осанки**

1. «Мельница». И.п.: стать прямо, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища. Вып.: маховые, круговые движения рук.

2. И.п.: ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.

Вып.: Поворот вправо, сделать мах правой рукой сзади - вверх, вернуться в и.п.

*Повторить 4-5 раз в каждую сторону.*

3. и.п.: сидя на полу. Вып.: наклоны вперёд, стараясь достать носки ног, вернуться в и.п.

*Повторить 4-5 раз.*

4. «На байдарке». И.п.: то же, ноги врозь, руки внизу.

Вып.: повороты вправо и влево, имитируя греблю на байдарке.

*Повторить 4 раза.*

5. «Прыжки» в чередовании с ходьбой.

#### **4. Дыхательная гимнастика «Насос».** И.п.: - основная стойка.

Вып.: наклон туловища в сторону - *вдох*, руки при этом руки скользят вдоль туловища.

Выпрямиться, при этом громко произнести с-с-с – *выдох*.

### **2-я половина октября.**

#### **1. Гимнастика пробуждения в постели.**

А у нас котята спят? Просыпаться не хотят?

Тихо спят спина к спине и мурлыкают во сне.

Вот на спинку все легли. Расшались все они.

*(Поворачиваются на спину и делают вращательные упражнения руками и ногами)*

Лапки вверх, и все подряд, все мурлыкают, шалят *(поднимают вверх руки и ноги, дрыгают ими)*

#### **2. Профилактика плоскостопия.**

Вам покажем мы немножко, как ступает мягко кошка.

*Дети идут на цыпочках до корригирующих дорожек, затем переходят на обычную ходьбу.*

Идут по массажным коврикам, по солевой дорожке, по ребристой доске, становятся врассыпную.

### **3. Профилактика нарушений осанки .**

1 «Ну–ка, кошечка, выгляни в окошечко». И.п.: о.с., руки на поясе.

Вып.: повороты туловища и головы то вправо, то влево, при этом руку подносят ко лбу, как бы смотрят в даль).

*Повторить по 4 раза в каждую сторону.*

2. «Котятка, покажите свои лапки». И.п.: ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Вып.: Поднимать прямые руки в стороны – вверх - опустить.

*Повторить 5-6 раз.*

3. «Повилиаем хвостиком». И.п.: стоя на коленях, руки ладонками вниз, перед собой в упоре на пол.

Вып.: Повороты таза вправо и влево.

*Повторить 5-6 раз.*

4.«Котятка прыгают». Вып.: прыжки на 2-х ногах в чередовании с ходьбой.

### **4.Дыхательная гимнастика «Кошка - царапушка».**

И.п: основная стойка, руки вытянуты вперёд, сделать *вдох* через нос - кисти к плечам, отводя локти назад и сжимая пальцы в кулачки; Сделать резкий *выдох* через рот произнося - *ф- ф- ф-*. при этом руки вытянуть вперёд широко растопырив пальцы и совершая быстрые движения, как бы царапая пространство перед собой.

## **1-я половина ноября.**

### **1.Гимнастика пробуждения в постели.**

*Дети выполняют движения по тексту.*

Вы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали...

Хорошо вам отдыхать, но пора уже вставать!

Крепко кулачки сжимаем, их повыше поднимаем.

Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать!

### **2. Профилактика плоскостопия.**

Дети друг за другом идут в группу на пятках, на наружных сводах стоп, идут с поджатыми пальцами, с поднятыми пальцами.

### **3. Профилактика нарушений осанки.**

1.И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Вып.: поднять руки через стороны вверх, потянуться, вернуться в и.п.

*Повторить 4-5 раз.*

2. И.п.: Стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Вып.: непрерывные наклоны влево и вправо.

*Повторить по 4 раза в каждую сторону.*

3.И.п.: стать прямо, ноги на ширине плеч, руки над головой, соединены в замок.

Вып.: резкие наклоны вперёд - вниз, « колят дрова». *Повторить 4-5 раз .*

4. Пскоки на месте, в чередовании с ходьбой.

### **4.Дыхательная гимнастика.** И.п.: стоя, ноги слегка расставлены.

Вып.: поворот головы вправо, сделать короткий *вдох* через нос, вернуться в и.п. – *выдох*.

*Повторить по 4 раза в каждую сторону.*

## **2-я половина ноября.**

### **1.Гимнастика пробуждения в постели.**

Было тихо в спальне, но ребятки встали.

Глазки открывайте, и упражнения начинайте.

«Потягивание». И.п. - лёжа на спине, руки вдоль туловища.

Вып.: поднять правую руку вверх, затем левую, потянуться и отпустить руки.

*Повторить 3-4 раза.*

«Отдыхаем». И.п. - лёжа на животе с опорой на локти, ладошками аккуратно поддерживаем подбородок. Поочередно сгибать и разгибать ноги в коленях.

**3. Профилактика плоскостопия.** Ходьба по ребристой доске, по солевой дорожке, по массажным коврикам, встают на них и следующие упражнения выполняют на массажных ковриках.

1. «Высоко поднимемся». И.п.: узкая стойка ноги врозь, руки на поясе.

Вып.: подняться как можно выше на носки; вернуться в и.п.

*Повторить 4-5 раз.*

2. «Приседаем». И.п.: тоже. Вып.: медленные приседания, сгибая колени с опорой на носок.

*Повторить 4-5 раз.*

**3. Профилактика нарушения осанки.**

1. И.п. – стать прямо, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Вып.: качание рук вперёд-назад, после нескольких качаний поднять руки вверх, посмотреть на них и вернуться в и.п.

*Повторить 3-4 раза.*

2. «Покажи руку». И.п.: стать прямо, ноги слегка расставлены.

Вып.: повернуться вправо, отвести руку назад, посмотрев на неё, вернуться в и.п. То же влево.

*Повторить по 3 раза в каждую сторону.*

3. «Держим насос». И.п.: ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях.

Вып.: наклониться вперёд - вниз, руки прямые, вернуться в и.п.

*Повторить 4-5 раз.*

4. «Мячики прыгают». Подпрыгивание на месте, в чередовании с ходьбой.

**5. Дыхательная гимнастика.** 3. Глубокий вдох с задержкой дыхания и медленный выдох.

### 1-я половина декабря.

**1. Гимнастика пробуждения в постели.**

1. Делают движения соответствующие тексту.

Вверх мы руки поднимаем, а теперь их опускаем.

Теперь ноги поднимаем, их теперь мы опускаем.

Подняли всё вместе руки, ноги: 1 -2 -3 -4 -5 - опустили их опять.

*Повторяют 2-3 раза.*

2. Игра: "Холодно – тепло". На слово "холодно", дети "сворачиваются в клубок"; на слово "тепло"- дети вытягиваются.

*Повторяют 2-3 раза.*

**2. Профилактика плоскостопия.** А теперь наши ножки пошагали к дорожкам. (ходьба на носочках, затем на пятках)

Переходят к ходьбе по дорожкам «здоровья» и по массажным дорожкам.

**3. Профилактика нарушения осанки.**

Скачут, скачут по лесочку Зайки – серые клубочки. (прыжки на месте на двух ногах, руки слегка согнуты «лапки»).

Прыг – скок, прыг – скок (прыжки вперёд-назад)

Встал зайчонок на пенёк (стать прямо, руки опустить.)

Всех построил по порядку и стал показывать зарядку.

Шаг на месте раз-два, раз - два (шагают на месте)

Присели – встали, присели – встали (приседания)

Потянулись (руки вверх)

И нагнулись (наклон вперёд, руки на поясе)

А теперь опять дружно все встали в ряд и зашагали как отряд.

**4 Дыхательная гимнастика «Ушки».** И.п.: – стоя, ноги слегка расставлены.

Вып.: легкий наклон головы вправо, ухо к правому плечу – сделать вдох через нос.

Вернуться в и.п.- выдох. То же влево.

*Повторить по 3 раза в каждую сторону.*

## 2-я половина декабря.

### **1. Гимнастика пробуждения в постели.**

*Делают движения соответствующие тексту.*

Все открыли глазки, мягко потянулись.

Улыбнулись солнышку и совсем проснулись.

Сели дети на кровать,

Продолжаем мы играть.

Ножку согнули и к себе потянули.

Растираем ножки, чтоб бегать по дорожке. *(руками растирают ножки)*

### **2. Профилактика плоскостопия.**

*Дети идут в группу по корригирующим дорожкам, встают в рассыпную.*

1. И.п.: ноги слегка расставлены, руки на поясе.

Вып.: на носках подняться как можно выше, вернуться в и.п.

*Повторить 6 раз.*

2. И.п.: то же. Вып.: перекачивание ног с пятки на носок, спина прямая.

*Повторить 6 раз.*

### **3. Профилактика нарушения осанки.**

1. «Хлопки» И.п.: стоя прямо, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Вып.: раскачивать руки вперёд – назад с хлопками перед собой.

*Повторить 5-6 раз.*

2. «Матрёшки». И.п.: сидя на полу, скрестив ноги, руки на поясе.

Вып.: наклон вправо – выпрямиться, то же в лево

*Повторить по 3 раза в каждую сторону.*

3. «Дотянись». И.п.: сидя на полу, ноги врозь. Вып.: наклониться вперёд, коснуться руками пола, выпрямиться.

*Повторить 4 раза.*

4. И.п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища.

Вып.: поднимать поочерёдно прямые ноги вверх, затем опустить их вместе.

*Повторить: 4-5 раз.*

5. «Попрыгушки». Прыжки на 2-х ногах в чередовании с ходьбой.

**4. Дыхательная гимнастика «Маятник»**. И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Вып.: наклон вперёд, руками потянуться к полу, сделать вдох; вернуться в и.п. - *выдох.*

*Повторить 3-4 раза.*

## Январь.

### **1. Гимнастика пробуждения после сна.**

Потянулись, улыбнулись, потихонечку проснулись

*(руки поднять вверх, потянуться, расслабиться, улыбнуться)*

Я сейчас включаю свет, где тут ваш велосипед?

*(делают круговые движения ногами, голову и плечи не поднимают)*

Мы поехали, поехали и к себе в группу приехали.

**2. Профилактика плоскостопия.** *Дети идут по корригирующим дорожкам, берут обручи и встают в круг.*

**3. Профилактика нарушения осанки.** *Упражнение с обручем.*

1. И.п. - основная стойка, обруч вертикально возле бедер, обхват снаружи. Вып.: поднять обруч вверх над головой, опустить за спину, сгибая руки; поднять обруч вверх – вернуться в и.п.

*Повторить 4- 5 раз.*

2. И. п. - то же самое. Вып.: наклонить туловище вперед, ноги не сгибать, поставить обруч на пол; выпрямиться, вернуться в и.п. *Повторить 4-5 раз.*

3. «Поднимем ноги». И.п. – лёжа на спине, задеть обруч за ступни ног, держать его согнутыми руками на ширине плеч.

Вып.: выпрямляя руки и опуская их обратно, поднять прямые ноги вверх, затем опустить их, вертаясь в и.п.

*Повторить 4-5 раз.*

4. «Повороты». И. п. - ноги врозь, обруч вертикально возле бедер, хватом снаружи.

Вып.: повернуть туловище влево, поднять обруч вперед, вернуться в и.п. То же в правую сторону.

*Повторить по 3 раза в каждую сторону.*

5. «Прыжки». И.п. - обруч на полу перед носками ног, руки на поясе.

Вып.: прыжки из обруча в обруч.

**4.дыхательная гимнастика «Гуси».** И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки за спиной.

Вып.: делать медленныйвдох носом – руки в стороны, медленный выдохртом с произношением «гу-у-у», руки медленно за спину.

### **1-я половина февраля.**

**1.Гимнастика пробуждения после сна.** Все проснулись, потянулись и друг другу улыбнулись. (*руки поднять вверх, потянуться, расслабиться, улыбнуться*)

Выше ноги поднимаем и за голову бросаем. (*поднять ноги и закинуть за голову*).

*Повторить 3-4 раза.*

Дружно сели на качели и качели полетели. (*лёжа, колени обхватив руками, голову подтянуть к коленям, раскачивание вперед – назад*)

*Повторить 5-6 раз.*

### **2.Профилактика плоскостопия.**

*Ходьба по массажным коврикам по солевым дорожкам.*

Друг за другом, ровным кругом, раз, два, три, четыре, пять, никого не обгонять.

*Дети переходят на ковер, встают в круг и на ковре растирают стопы ног о ковер: «идут на лыжах».*

Быстро лыжи все одели и вперед все полетели, мы на горку поднимаемся, с горки дружно все спускаемся(*имитируют движения лыжника поднимания на горку и спускание с горы*).

### **2.Профилактика нарушения осанки.**

1. Вверх рука и вниз рука. И.п. – основная стойка, руки вдоль туловища.

Вып.: руки поочередно поднимают вверх, потянулись и в и.п. вернулись.

*Повторить 4-5 раз.*

2. Быстро поменяли руки, нам сегодня не до скуки. Вниз хлопок и вверх хлопок. И.п. стоя, руки вдоль туловища. Вып.: присели – хлопок над головой; встали – хлопок внизу.

*Повторить 4-5 раз.*

3. Руки, ноги разминаем, точно знаем – будет толк.

И.п.: основная стойка, руки вдоль туловища. Вып.: трясут руками и ногами.

4. Крутим, вертим головой (вертят головой). Разминаем шею. Стой!

### **4.Дыхательная гимнастика «Пастушок дудит в рожок».**

Пастушок, пастушок, подуди-ка нам в рожок.

Ты погромче подуди, и на нас ты погляди.

*Дети «дуют» в рожок, делают вдох воздуха через нос и резкий выдох через нос, губы при этом сомкнуты.*

### **2-я половина февраля.**

#### **1.Гимнастика пробуждения в постели.**

*Воспитатель произносит слова, дети выполняют движения.*

Глазки открываются, реснички поднимаются,

Детки просыпаются, друг другу улыбаются. (*поворот головы вправо-влево*)

Руки выше поднимаем, а теперь их опускаем (*поднимают и опускают руки*)

Сильно-сильно потянись. (*потягиваются*).

Потянулись! Улыбнулись! Наконец-то мы проснулись!

#### **2. Профилактика плоскостопия.**

Ходьба босиком по ребристой доске; ходьба боком, приставным шагом по узкой массажной дорожке, ходьба по солевой дорожке.

### **3. Профилактика нарушения осанки.**

1.«Лыжник»: дети имитируют движения ходьбы лыжников течения 1 мин.

2.«Дерево качается»: ноги и туловище стоят неподвижно, а руки и пальцы имитируют колебание ветвей на ветру.

3.«Птица»: И.п.: о.с, руки на поясе. Вып.: руки вытянуть вперёд, вверх, в стороны, вернуться в и.п. *Повторить 4-5 раз.*

4. «Колим дрова». И.п.: ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.

Вып.: поднять вверх, сомкнутые в замок руки и резко опустить их вниз, прогнувшись всем телом вниз – «колят дрова».

5. «Прыжки». И.п.: стать прямо, ноги вместе

Вып.: подпрыгивание на 2-х ногах в чередовании с ходьбой.

**4. Дыхательная гимнастика.** Подыши одной ноздрей и к тебе придёт покой.

И.п.: основная стойка, указательным пальцем правой рукой закрыть правую ноздрю.левой ноздрей делать тихий, продолжительный *вдох*. Как только *вдох* окончен, открыть правую ноздрю, а левую закрыть.

### **1-половина марта.**

#### **1.Гимнастика пробуждения в постели.**

Кто спит в постели сладко? Уже давно пора вставать!

Ну-ка просыпайтесь и на зарядку собирайтесь!

1.И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, поднять правую прямую ногу, опустить; поднять левую прямую ногу – опустить.

*Повторить 4 раза.*

«Едем на велосипеде». И.п.: лежа на спине, руки перед собой «держат руль».

Вып.: дети имитируют езду на велосипеде.

**2. Профилактика плоскостопия.** Ходьба по корригирующим дорожкам, затем ходьба на носках, сохраняя хорошую осанку; ходьба с разными положениями стоп - на внешней стороне стопы, со сведёнными носками ног, пятки раздвинуты, с сильно раздвинутыми носками ног, ходьба на месте, не отрывая носки от пола.

**3.Профилактика нарушения осанки.** Из исходного положения: ноги вместе, руки на поясе.

Мы проверили осанку и свели лопатки.

Мы ходили на носках, (*шагают на месте на носках*)

А потом на пятках (ходьба на месте на пятках).

Мы идем, как все ребята (*ходьба обычная на месте*),

И как мишка косолапый (ходьба на внешнем своде стопы).

Потом быстрее мы пойдём (*быстрая ходьба на месте*)

И после к бегу перейдем. (бег на месте)

**4.Дыхательная гимнастика.**И.п.: стоя, руки в кулаки прижаты к животу на уровне пояса. Сделать глубокий *вдох*, при этом руки резко опустить вниз, к полу (руки выпрямлять до конца), *выдох* вернуться в и.п. *Повторить 3-4 раза.*

### **2-я половина марта.**

#### **1.Гимнастика пробуждения после сна.**

*Дети все движения делают в соответствии с текстом.*

Чтоб совсем проснуться,

Нужно потянуться!

А теперь пошевелите пальчиками рук и пальчиками ног.

Согните руки в локтях, подняв их над головой, соединить в замок.

Хорошо потянитесь всем телом. Потянулись? Встаем!



## **2.Профилактика плоскостопия.**

Дети идут по ребристой доске, затем на носочках, затем боком по толстому шнуру.

## **3.Профилактика нарушения осанки.**

1. «Распустились почки». И.п.- основная стойка, руки вдоль туловища.

Вып.: вытянуть руки вперёд, пальцы сначала сжать в кулачок, затем разжать.

Руки поднять вверх и повторит тоже самое.

*Повторить 4-5 раз.*

2. «Кустик – дерево». И.п.: стоя, руки в стороны.

Вып.: присесть, руки вытянуть вперёд, подняться на носочки; вернуться в и.п.

*Повторить 4-5 раз.*

3. «Дерево качается» . И.п.: ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.

Вып.: поворот вправо, руки отвести в правую сторону; поворот влево – руки отвести в левую сторону.

*Повторить по 3-4 раза в каждую сторону.*

4. «Допрыгни до веточки». Выполняют высокие прыжки, в чередовании с ходьбой.

**4. Дыхательная гимнастика «Ворона»** И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки внизу.

Вып.: руки в стороны, раскрыли крылья – *вдох*; медленно опустить руки вниз, сложили крылья – *выдох*.

*Повторить 4-5 раз.*

## **1-я половина апреля.**

### **1.Гимнастика пробуждения после сна.**

Вы все, друженько, проснулись? Улыбнулись, потянулись,

( *дети все движения делают соответствующие тексту*)

Улыбнулись, потянулись

Мы становимся все выше

Достаем руками крышу

На два счета поднялись 1 - 2 (*дети встают с кровати*); 3-4 – руки вниз.

### **2. Профилактика плоскостопия.**

*Дети идут в группу по корригирующим дорожкам, встают враспынную.*

1.И.п.: ноги слегка расставлены, руки на поясе. Вып.: на носках подняться как можно выше, вернуться в и.п.

*Повторить 5- 6 раз.*

2.И.п.: то же. Вып.: перекачивание ног с пятки на носок, спина прямая.

*Повторить 5-6 раз.*

### **3.Профилактика нарушения осанки.**

1.И.п.: стать прямо. Ноги слегка расставлены. Руки вдоль туловища.

Вып.: раскачивать руки вперёд-назад, с хлопками впереди; затем поднять плавно руки вверх и опустить их через стороны вниз.

*Повторить 4-5 раз.*

2.И.п.: стать прямо, ноги на ширине плеч.

Вып.: поворот вправо, отвести правую прямую руку назад, вернуться в и.п. То же в левую сторону.

*Повторить 4-5 раз.*

3. И.п.: то же. Вып.: наклон туловища вперёд – вниз сделать хлопок за левой ногой. вернуться в и.п. Снова наклониться вперёд –вниз – хлопнуть за правой ногой.

*Повторить 4-5 раз.*

4.И.п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища. Вып.: поднять правую ногу вверх, хлопнуть под ногой, при этом сказать «хлоп»; вернуться в и.п. То же с левой ноги.

*Повторить 4-5 раз.*

5. Пскоки на месте, в чередовании с ходьбой.

**4. Дыхательная гимнастика.** И.п.: стоя, ноги на ширине плеч.

Вып.: повернуть голову вправо – *вдох* через нос; вернуться в и.п. – *выдох*.

Тоже влево.

*Повторить 4 раза.*

## **2-я половина апреля.**

### **1. Гимнастика пробуждения в постели.**

Растаял снег на кочке, пора весну встречать.

Эй, мои цветочки, уже пора вставать!

Подснежники весенние листочки расправляйте, головки поднимайте,  
К солнцу потянитесь и всем улыбнитесь.

*Ходьба по ребристым и массажным дорожкам*

**2. Профилактика плоскостопия.** Ходьба по ребристой доске, по солевой дорожке, по массажным коврикам..

1.«Высоко поднимемся». И.п.: узкая стойка ноги врозь, руки на поясе.

Вып.: подняться как можно выше на носки; вернуться в и.п.

*Повторить 4-5раз.*

2. «Приседаем». И.п.: то же. Вып.: медленные приседания, сгибая колени с опорой на носок.

*Повторить 4-5 раз.*

**3.Профилактика нарушения осанки.**

1.«Потянулись к солнышку» И.п.: основная стойка, руки вдоль туловища.

Вып.: руки к плечам, вперед, вверх; вернуться в и.п.

*Повторить 5-6 раз.*

2. «Ветер подул». И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Вып.: наклон вперед, руки отвести назад; выпрямится, поднять руки вверх и потянуться; вернуться в и.п.

*Повторить 5-6 раз.*

3.«Дотянись до зелёной травки» И.п.: ноги на ширине плеч, руки опущены.

Вып.: присесть, коснуться пальцами рук пола; вернуться в и.п.

*Повторить 5-6 раз.*

4.. И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Прыжки и в чередовании с ходьбой, с высоким подниманием коленей..

**4. Дыхательная гимнастика.** «Чем пахнут цветы?». И.п.: о. глубокий *вдох* носом; *выдох* и произнести «пах – нут мё - дом»;

*Повторить 3-4 раза.*

### 1-я половина мая.

**1.Гимнастика пробуждения после сна.**

Ну-ка, ребятки, сон прошёл и все проснулись.

Улыбнулись, потянулись.

«Как кошечки потянулись» - И. п лежа на спине, произвольное потягивание. «Кошечка на дереве». И. п. лежа на спине, руки вдоль туловища, поднять одну ногу вверх, крепко взять двумя руками за бедро и перебирая руками подняться.

*Повторить 3-4 раза.*

**2. Профилактика нарушения осанки.**

1 «Любопытная кошка». И.п.: ноги слегка врозь. Руки вдоль туловища.

Вып.: поворот головы вправо и влево.

*Повторить 4-5раз.*

2. «Кошечка наклоняется». И.п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны.

Вып.: наклон к правой ноге, вернуться в и.п. То же к левой ноге.

*Повторить 4-5раз.*

3. «Котёнок спрятался» И.п.: сидя на полу, ноги врозь, руки в упоре сзади.

Вып.: «спрятался котёнок в клубочек» - подтянуть ноги к себе, руками обхватить колени; вернуться в и.п.

*Повторить 4-5 раз.*

4.« Котик загорает» И.п.: лёжа на животе, руки под подбородком.

Вып.: согнуть правую ногу в колене, вернуться в и.п. Согнуть левую ногу – и.п.

*Повторить 4-5 раз.*

5.«Кошка резвится». Прыжки на двух ногах, в чередовании с ходьбой.

**3. Упражнение на дыхание «Кошка-царапушка».**

И.п: основная стойка, руки вытянуты вперёд, сделать *вдох* через нос - кисти к плечам, отводя локти назад и сжимая пальцы в кулачки; Сделать резкий *выдох* через рот

произнося - *ф- ф- ф-*. при этом руки вытянуть вперёд широко растопырив пальцы и совершая быстрые движения, как бы царапая пространство перед собой.

## **2-я половина мая.**

### **1. Гимнастика пробуждение после сна.**

Все открыли глазки, мягко потянулись.

Улыбнулись солнышку и совсем проснулись.

Сели дети на кровать, продолжаем мы играть.

Ногу согнули, к себе потянули.

Растираем ножки, чтоб бегать по дорожке

### **2. Профилактика плоскостопия.**

Дети идут в группу по массажным дорожкам, по солевой дорожке.

Ходьба с разными положениями стоп - на внешней стороне стопы, со сведёнными носками ног, пятки раздвинуты, с сильно раздвинутыми носками ног. Ходьба боком по толстому шнуру. Ходьба на месте, не отрывая носки от пола.

### **3. Профилактика нарушения осанки.**

1. И.п.: ноги на ширине плеч, руки к плечам. Вып.: соединить локти перед собой, вернуться в и.п. *Повторить 4-5 раз*

2. И.п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны. Выполнять одновременно махи руками и прыжки.

3. И.п.: основная стойка. Вып.: наклон вперед, руки отвести назад; вернуться в и.п.

*Повторить 4-5 раз.*

4. Прыжки в чередовании с ходьбой.

**4. Дыхательная гимнастика «Сладкий аромат цветов».** И.п.: основная стойка.

Вып.: руки отвести в стороны, глубокий *вдох* носом; наклониться *вперёд*, медленный *выдох* ртом; вернуться в и.п. *Повторить 4-5 раз.*

Календарный план воспитательной работы дошкольных групп МКОУ «СОШ №8»  
г.Кирова на 2022-2023 учебный год

События	Направление воспитания	Сроки проведения	Участники	Ответственные
День дошкольного работника Беседа-консультация «Трудолюбивый ребёнок – актуально в современном мире?» Спортивный праздник «Играй, играй и здоровье прибавляй!»	Трудовое Трудовое Физ.и оздоровительн.	Сентябрь	Все группы Родители Средняя, старшая, подготовительная группы	Муз.работник Воспитатели Инструктор по физической культуре
Викторина «Осенний марафон» (по природе родного края) Родительское собрание «Патриотическое воспитание дошкольников» Консультация «Мудрое поколение (ко дню пожилого человека)»	Этико-эстетическое Патриотическое Социальное	Октябрь	Старшая, подготовительная группы Родители Родители	Воспитатели
День народного единства Праздник «День матери» Акция добрых дел «Подари книгу» Совместная экскурсия в храм Проект «Неделя здоровья»	Патриотическое Социальное Социальное Познавательное Физ.и оздоровительн.	Ноябрь	Средняя, старшая, подготовительная группы Все группы Родители Родители Все группы	Воспитатели Муз.работник Инструктор по физической культуре
Проект «Родной город» Конкурс чтецов стихотворений о родном крае Акция «Спасём ёлочку» Мастер-класс «Изготовление новогодних поделок» Семейный альбом «Мой город Киров» Буклет «Дарите людям доброту» (к международному дню инвалидов)	Патриотическое Патриотическое Физ.и оздоровительн. Социальное Патриотическое Социальное	Декабрь	Все группы Старшая, подготовительная группы Все группы Родители Родители Родители	Воспитатели
Светлый праздник «Рождество Христово» Фестиваль театрализованных постановок «Солнышко в душе» Акция «Покормите птиц»	Этико-эстетическое Этико-эстетическое Патриотическое	Январь	Все группы Подготовительная, старшая группы Родители	Муз.работник Воспитатели

(кормушки) Совместный поход в краеведческий музей	Познавательное		Родители	
Фольклорный праздник «Масленица» Выставка детского творчества «Наша армия» Развлечение «Папа и я - спортивная семья» (ко дню Защитника Отечества)	Этико-эстетическое Патриотическое Физ.и оздоровительн.	Февраль	Все группы Старшая, подготовительная группы Все группы, родители	Муз.работник, воспитатели  Инструктор по физической культуре
Развлечение «8 марта» Акция «С любовью к России мы добрыми делами едины» Субботник «Экологический десант» Викторина «Россия – страна, в которой мы живем»	Патриотическое Трудовое Трудовое Патриотическое	Март	Все группы Старшая, подготовительная группы Родители  Родители	Муз.работник, воспитатели
Праздник «День космонавтики» Акция «День земли» Проект «Пасха красная пришла!» Фотовыставка «Путешествие по стране» Всемирный день здоровья	Патриотическое Познавательное Этико-эстетическое Патриотическое Физ.и оздоровительн.	Апрель	Все группы  Все группы Все группы  Родители  Все группы	Воспитатели    Инструктор по физической культуре
Концерт, посвященный Дню Победы Акция «Подарок ветерану» Экскурсия к братской могиле, возложение цветов	Патриотическое Социальное Патриотическое	Май	Все группы  Старшая, подготовительная группы Родители	Муз.работник, воспитатели
Международный день защиты детей Пушкинский день  Досуг «День России»  Выставка детского творчества «Священная война»  День памяти и скорби Целевая прогулка к автомобильной дороге	Этико-эстетическое Этико-эстетическое Патриотическое Патриотическое Патриотическое Физ.и оздоровительн.	Июнь	Все группы  Все группы  Средняя, старшая, подготовительная группы Средняя, старшая, подготовительная группы, родители Средняя, старшая, подготовительная группы	Воспитатели
День семьи, любви и верности Выставка рисунков «Моя семья»  Экскурсия в детскую библиотеку	Социальное Социальное Познавательное	Июль	Все группы  Старшая, подготовительная группы Старшая, подготовительная	Воспитатели

			группы	
День российского флага	Патриотическое	Август	Средняя, старшая, подготовительная	Воспитатели
День светофора	Физ.и оздоровительн.		группы Все группы	
Акция ко дню рождения города «Чистый город»	Трудовое		Средняя, старшая, подготовительная группы	