

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр»  
имени Героя Советского Союза Ваничкина Ивана Дмитриевича с. Алексеевка  
муниципального района Алексеевский Самарской области

Согласовано  
на заседании Совета родителей  
протокол №1 от 29 августа 2022 г.

Утверждаю.  
Директор  
*Чередникова* Е.А. Чередникова  
приказ №273-од от «29» августа 2022 г.



Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с  
задержкой психического развития в подготовительной группе комбинированной  
направленности «Солнышко» на 2022 - 2023 учебный год.

Принято  
на заседании  
протокол №1  
от 29 августа 2022 г.

Алексеевка, 2022 г.

## 1 раздел:

### 1.1 Пояснительная записка:

Настоящая программа обеспечивает разностороннее развитие детей дошкольного возраста от 6 до 7 лет.

Данная программа разработана в соответствии с нормативными документами, регламентирующими деятельность дошкольного образовательного учреждения (ДОУ):

- Федеральный Закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки РФ (Минобрнауки России) от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 31 июля 2020 г. №373 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам-образовательным программам дошкольного образования»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 28.02.2014 № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования»;

#### **а) Цели и задачи реализации Программы.**

Цель программы – создание благоприятных условий для расширения возможностей развития личностного потенциала и способностей каждого ребёнка дошкольного возраста в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.

Задачи:

- 1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее - преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- 4) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 5) объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 6) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- 7) обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- 8) формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- 9) обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

#### **б) принципы и подходы к формированию Программы.**

- 1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

- 5) сотрудничество Организации с семьёй;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

### **Возрастные особенности детей 6-7 лет подготовительной к школе группы.**

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.

#### **Основные характеристики детей этой возрастной группы:**

- у детей формируется способность адекватно оценивать результат собственной деятельности, видеть и исправлять недостатки;
- мышление отличается способностью удерживать в представлении цепочку взаимосвязанных событий, формируются представления об изменениях признаков предметов, их количества, оперировать в уме;
- формируется первичный целостный образ мира, отражающий основные его закономерности;
- формируется готовность к обучению в школе: мотивационная, познавательная, волевая, коммуникативная. Формируется произвольность памяти и внимания, которое становится одной из важных составляющих готовности к школе. Произвольность этих процессов выражается в том, что ребёнок может запоминать то содержание, которое ему в данный момент неинтересно и не нужно, и быть внимательным.
- 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. В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т. д. Следующая особенность заключается в том, что заметное расширение знаний об окружающем, особенно о человеческих действиях и взаимоотношениях, приводит к увеличению в игре числа ролей, необходимых, с точки зрения детей, для полноценной игры. Поэтому игровые группировки детей расширяются от двух-трёх до пяти-семи участников. Увеличение числа ролей усложняет ролевые отношения, усиливает необходимость чёткой координации действий всех участников игры.

Самостоятельно, без участия взрослых, дети в общих чертах могут обговаривать замысел игры, распределять роли и разыгрывать их. В играх старших дошкольников всегда есть лидер, который «двигает» сюжет. Остальные участники игры обычно «подстраиваются». Разногласия по поводу дальнейшего развёртывания сюжета дети этого возраста (в отличие от маленьких детей) улаживают без помощи взрослых. Дети, не разделяющие точку зрения лидера, пытаются найти аргументированные доказательства своего, на их взгляд более правильного, предложения по дальнейшему развитию сюжета, делают попытки отстоять свою точку зрения, скоординировать её с точкой зрения других партнёров по игре.

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. Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. При правильном педагогическом подходе у детей формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности.

Дети подготовительной к школе группы в значительной степени освоили конструирование из строительного материала. 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. Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации, развивается воображение, 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 общений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие

существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д. В результате правильно организованной образовательной работы дошкольников развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

Ребёнок учится принимать задачи, поставленные перед ним взрослым, что постепенно подготавливает его к принятию позиции ученика. Ориентация не только на внутренние побуждения, но и на внешние требования — важный этап становления деятельности и общей социализации.

### **Особенности детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)**

Дети с ограниченными возможностями здоровья - это дети, имеющие различные отклонения психического или физического плана, которые обуславливают нарушения общего развития, не позволяющие детям вести полноценную жизнь. В данную группу можно отнести как детей-инвалидов, так и не признанных инвалидами, но при наличии ограничений жизнедеятельности. И так, дети с ограниченными возможностями здоровья – это определенная группа детей, требующая особого внимания и подхода к воспитанию. Характеристика детей с ОВЗ зависит от многих показателей, из которых определяющим является сам дефект. Ведь именно от него зависит дальнейшая практическая деятельность индивидуума. Выгодский отмечал необходимость включать детей с ограниченными возможностями здоровья в различную социально значимую деятельность, направленную на формирование детского опыта.

### **Характеристика детей с ОВЗ.**

1. У детей наблюдается низкий уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного времени для приема и переработки сенсорной информации, недостаточно знаний этих детей об окружающем мире.
2. Недостаточно сформированы пространственные представления, дети с ОВЗ часто не могут осуществлять полноценный анализ формы, установить симметричность, тождественность частей конструируемых фигур, расположить конструкцию на плоскости, соединить ее в единое целое.
3. Внимание неустойчивое, рассеянное, дети с трудом переключаются с одной деятельности на другую. Недостатки организации внимания обуславливаются слабым развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к обучению.
4. Память ограничена в объеме, преобладает кратковременная над долговременной, механическая над логической, наглядная над словесной.
5. Снижена познавательная активность, отмечается замедленный темп переработки информации.
6. Мышление – наглядно-действенное мышление развито в большей степени, чем наглядно-образное и особенно словесно-логическое.
7. Снижена потребность в общении как со сверстниками, так и со взрослыми.
8. Игровая деятельность не сформирована. Сюжеты игры обычны, способы общения и сами игровые роли бедны.
9. Речь – имеются нарушения речевых функций, либо все компоненты языковой системы не сформированы.
10. Наблюдается низкая работоспособность в результате повышенной истощаемости, вследствие возникновения у детей явлений психомоторной расторможенности.
11. Наблюдается несформированность произвольного поведения по типу психической неустойчивости, расторможенность влечений, учебной мотивации. Вследствие этого у детей проявляется недостаточная сформированность психологических предпосылок к овладению полноценными навыками учебной деятельности. Возникают трудности формирования учебных умений (планирование предстоящей работы, определения путей и средств достижения учебной цели; контролирование деятельности, умение работать в определенном темпе).

### **Психолого-педагогическая характеристика детей с ОНР.**

В теории и практике логопедии под общим нарушением речи (ОНР) (у детей с нормальным слухом и первично сохранным интеллектом) понимается такая форма речевой патологии, при которой нарушается формирование

каждого из компонентов речевой системы: словарного запаса, грамматического строя, звукопроизношения. При этом отмечается нарушение формирования как смысловой, так и произносительной сторон речи. В целом для детей с ОНР типично позднее появление экспрессивной речи, резко ограниченный словарный запас, дефекты произношения и фонемообразования, специфические нарушения слоговой структуры слов. Речевое недоразвитие детей дошкольного возраста может быть выражено в разной степени: от полного отсутствия речевых средств общения до развернутой речи с проявлениями лексико-грамматических и фонетико-фонематических нарушений. В зависимости от степени тяжести речевого дефекта различаются три уровня речевого развития (Р.Е.Левина и др.), выделяемые на основе анализа степени сформированности различных компонентов языковой системы.

1 уровень речевого развития характеризуется полным или почти полным отсутствием средств общения у детей с ОНР в том возрасте, когда у нормально развивающегося ребенка навыки речевого общения в основном сформированы. Фразовая речь у таких детей почти полностью отсутствует; при попытке рассказать о каком либо событии они способны назвать лишь отдельные слова или 1-2 сильно искаженных предложения. Основной контингент дошкольников в группах ОНР составляют дети с 2 и 3 уровнями речевого развития.

На 2 уровне речевого развития общение осуществляется не только с помощью жестов и несвязных слов, но и путем употребления достаточно постоянных, хотя и очень искаженных в фонетическом и грамматическом отношении речевых средств. Дети начинают пользоваться фразовой речью и могут ответить на вопросы, беседовать со взрослым по картинке о знакомых событиях окружающей жизни. Однако дети с этим уровнем речевого развития связной речью практически не владеют.

Наиболее распространен у детей 5-6 летнего возраста с ОНР 3 уровень речевого развития. Дети уже пользуются развернутой фразовой речью, но при этом отмечаются фонетико-фонематические и лексико-грамматические недостатки. Наиболее отчетливо они проявляются в разных видах монологической речи: описание, пересказ, рассказы по серии картин и др. Ограниченность словарного запаса, отставание в овладении грамматическим строем родного языка затрудняют процесс развития связной речи, переход от диалогической формы речи к контекстной. Специально проведенными исследованиями установлено, что старшие дошкольники с ОНР, имеющие 3 уровень речевого развития, значительно отстают от нормально развивающихся сверстников в овладении навыками связной, прежде всего монологической речи. У детей с ОНР отмечаются трудности программирования содержания развернутых высказываний и их языкового оформления. Для их высказываний (пересказ, различные виды рассказов) характерны: нарушение связности и последовательности изложения, смысловые пропуски, низкий уровень используемой фразовой речи. В связи с этим формирование связной монологической речи старших дошкольников с ОНР приобретает первостепенное значение в общем комплексе коррекционных мероприятий. На полноценное овладение детьми монологической речью должна быть направлена и работа по развитию у них лексических и грамматических языковых навыков. О необходимости специальной систематической работы по формированию у детей навыков связных высказываний свидетельствуют и данные изучения состояния связной речи учащихся младших классов коррекционной школы для детей с нарушениями речи. К началу школьного обучения уровень сформированности лексико-грамматических средств языка у них значительно отстает от нормы. Самостоятельная связная контекстная речь у младших школьников долгое время остается несовершенной. Это создает детям дополнительные трудности в процессе обучения. Важнейший принцип отечественной логопедии - дифференцированный подход к анализу и преодолению речевых нарушений. При проведении коррекционной работы с детьми с ОНР этот принцип находит свое выражение в установлении причин, лежащих в основе речевого недоразвития, учете специфики речевой патологии, установлении взаимосвязи между речевыми нарушениями и особенностями психического развития ребенка.

Дифференцированный подход основывается также на определении наиболее сформированных сфер речевой деятельности, с опорой на которые строится коррекционная работа. Этот принцип лежит в основе работы по формированию связной речи.

### **Особенности развития детей с задержкой психического развития**

Существенными особенностями детей с ЗПР являются неравномерность, мозаичность проявлений недостаточности развития. Дошкольники с ЗПР по сравнению с нормально развивающимися детьми характеризуются не соответствующим возрасту недостаточным развитием внимания, восприятия, памяти, недоразвитием личностно-деятельной основы, отставанием в речевом развитии, низким уровнем речевой активности, замедленным темпом становления регулирующей функции речи. Психологи и педагоги отмечают характерные для дошкольников с ЗПР импульсивность действий, недостаточную выраженность

ориентировочного этапа, целенаправленности, низкую продуктивность деятельности. Отмечаются недостатки в мотивационно–целевой основе организации деятельности, несформированность способов самоконтроля, планирования. Особенности проявляются в ведущей игровой деятельности и характеризуются у старших дошкольников несовершенством мотивационно–потребностного компонента, знаково–символической функции и трудностями в оперировании образами–представлениями. Выражено недоразвитие коммуникативной сферы и представлений о себе и окружающих. О моральных нормах, представления нечеткие.

Первая группа – задержка психического развития конституционального происхождения (гармонический психический и психофизический инфантилизм). Такие дети отличаются уже внешне. Они более субтильные, часто рост у них меньше среднего и личико сохраняет черты более раннего возраста, даже когда они уже становятся школьниками. У этих детей особенно сильно выражено отставание в развитии эмоциональной сферы. Они находятся как бы на более ранней стадии развития по сравнению с хронологическим возрастом. У них наблюдается большая выраженность эмоциональных проявлений, яркость эмоций и вместе с тем их неустойчивость и лабильность, для них очень характерны легкие переходы от смеха к слезам и наоборот. У детей этой группы очень выражены игровые интересы, которые преобладают даже в школьном возрасте.

Вторая группа – задержка психического развития соматогенного происхождения. Задержка развития связана с длительными тяжелыми соматическими заболеваниями в раннем возрасте. Это могут быть тяжелые аллергические заболевания (бронхиальная астма, например), заболевания пищеварительной системы. Длительная диспепсия на протяжении первого года жизни неизбежно приводит к отставанию в развитии. Сердечно–сосудистая недостаточность, хроническое воспаление легких, заболевания почек часто встречаются в анамнезе детей с задержкой психического развития соматогенного происхождения.

Третья группа – задержка психического развития психогенного происхождения. Надо сказать, что такие случаи фиксируются довольно редко, также как и задержка психического развития соматогенного происхождения. Задержка психического развития психогенного происхождения связана с неблагоприятными условиями воспитания, вызывающими нарушение формирования личности ребенка. Эти условия – безнадзорность, часто сочетающаяся с жестокостью со стороны родителей, либо гиперопека, что тоже является крайне неблагоприятной ситуацией воспитания в раннем детстве. Безнадзорность приводит к психической неустойчивости, импульсивности, взрывчатости и, конечно, безынициативности, к отставанию в интеллектуальном развитии. Гиперопека ведет к формированию искаженной, ослабленной личности, у таких детей обычно проявляется эгоцентризм, отсутствие самостоятельности в деятельности, недостаточная целенаправленность, неспособность к волевому усилию, эгоизм.

Четвертая, группа – задержка психического развития церебрально–органического генеза. Причины – различные патологические ситуации беременности и родов: родовые травмы, асфиксии, инфекции во время беременности, интоксикации, а также травмы и заболевания центральной нервной системы в первые месяцы и годы жизни. Особенно опасен период до 2 лет. Травмы и заболевания центральной нервной системы могут привести к тому, что называется органическим инфантилизмом, в отличие от гармонического и психофизического инфантилизма, причины которого не всегда ясны. Таким образом, органический инфантилизм – это инфантилизм, связанный с органическим повреждением центральной нервной системы, головного мозга.

### **Типичные затруднения освоения Программы у детей с ОВЗ:**

Отсутствует мотивация к познавательной деятельности, ограничены представления об окружающем мире, темп выполнения заданий очень низкий. Эти дети нуждаются в постоянной помощи взрослого. Так как у них наблюдается низкий уровень свойств внимания (устойчивость, концентрация, переключение). Низкий уровень развития речи, мышления вызывает трудности в понимании инструкций. Инфантилизм и часто нарушение координации движений, а также низкая самооценка сопровождаются повышенной тревожностью. Многие дети с ОВЗ отмечают повышенную впечатлительностью (тревожностью): болезненно реагируют на тон голоса, отмечается малейшее изменение в настроении. Высокий уровень психо–мышечного напряжения на фоне низкого уровня развития мелкой и крупной моторики.

Для большинства таких детей характерна повышенная утомляемость. Они быстро становятся вялыми или раздражительными, плаксивыми, с трудом сосредотачиваются на задании. При неудачах быстро утрачивают интерес, отказываются от выполнения задания. У некоторых детей в результате утомления возникает двигательное беспокойство. У других детей отмечается повышенная возбудимость, беспокойство, склонность к вспышкам раздражительности, упрямству.

### **Формы реализации принципа интеграции:**

- интеграция на уровне содержания и задач психолого-педагогического сопровождения образовательной деятельности;
- интеграция по средствам организации и оптимизации образовательного процесса;
- интеграция всех видов деятельности детей.
- комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса:
  - объединение комплекса различных видов деятельности вокруг единой «темы»;
  - виды «тем»: «организующие моменты», «тематические недели», «события», «реализация проектов», «сезонные явления в природе», «праздники», «традиции»;
  - тесная взаимосвязь и взаимозависимость с интеграцией детских деятельностей.

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

- Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.
- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.
- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
- Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.
- Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.
- Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.
- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.
- Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- Проявляет ответственность за начатое дело.
- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.
- Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.
- Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).
- Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях.
- Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.
- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.

- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

Показатели развития детей в соответствии с возрастом  
От 6 до 7 лет. Старший дошкольный возраст

Образовательные области и направления организации жизнедеятельности детей	Показатели развития ребёнка
<b>СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ</b>	
Овладение коммуникативной деятельностью и элементарными общепринятыми нормами и правилами поведения в социуме	<i>Самопознание</i>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Находит дорогу в детский сад, соблюдает правила дорожного движения, правила поведения на улице и в общественных местах.</li> <li>• Называет фамилию, имя, отчество родителей, домашний адрес, родственные связи и свою социальную роль в них (тётя, дядя, племянница, племянник, внук, внучка, прабабушка, прадедушка, двоюродные брат, сестра, родословная, наш род).</li> <li>• Устанавливает и объясняет причинные связи и зависимости: <ul style="list-style-type: none"> <li>— различие между человеком и животным;</li> <li>— между органами чувств и выполняемой им функцией;</li> <li>— между возможными заболеваниями и отношением к своему организму.</li> </ul> </li> <li>• Находит различия между людьми.</li> <li>• Управляет своим настроением, чувствами, сравнивает и оценивает свои и чужие поступки, понимает последствия своих поступков, их влияние на эмоциональное состояние людей.</li> <li>• Умеет дружить, оказывает помощь, делится игрушками.</li> <li>• Использует в речи вежливые выражения «добрый день», «до завтра», «извините», «не могли бы вы...», «будьте любезны» и т.д.</li> <li>• Уважительно относится к себе, имеет чувство собственного достоинства; поддерживает уверенность в себе («Я могу!»). Умеет спокойно отстаивать своё мнение.</li> <li>• Умеет слушать собеседника, не перебивая без надобности.</li> <li>• Любит и уважает родителей и других членов семьи.</li> <li>• Проявляет волевые качества: ограничивает свои желания, преодолевает препятствия, стоящие на пути достижения цели, подчиняется требованиям взрослых и выполняет установленные нормы поведения.</li> <li>• Проявляет интерес к жизни детей в школе и их учебному процессу.</li> <li>• Проявляет настойчивость в достижении поставленных целей.</li> </ul> <p><i>Мир, в котором я живу</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Имеет представления о мужественности и женственности, стереотипах мужского и женского поведения.</li> <li>• Имеет представления о природе и труде людей родного края.</li> </ul> <p>Знает о том, что армия — защитница нашей Родины, что в годы Великой Отечественной войны солдаты</p>



	отважно сражались и победили фашистских захватчиков.
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Имеет представления о родственных связях.</li> <li>• Соблюдает нравственные нормы отношений с окружающими.</li> <li>• Знает о том, что необходимо соблюдать «Декларацию прав ребёнка» взрослыми и детьми.</li> <li>• Прислушивается к себе, к собственным переживаниям, эмоциональным состояниям.</li> <li>• Договаривается с партнёрами по игре и распределяет роли.</li> <li>• Использует знания об окружающем мире в играх.</li> <li>• Обыгрывает проблемные ситуации в сюжетно-ролевой игре.</li> <li>• Считается с мнением других и справедливо решает конфликты и ссоры.</li> <li>• Использует во взаимодействии с другими людьми коммуникативные умения и социальные навыки.</li> <li>• Осознаёт себя гражданином РФ, уважительно и с гордостью относится к символике страны (флаг, герб, гимн), города, села.</li> <li>• Проявляет интерес к своей культуре и культуре народов, живущих рядом.</li> <li>• Самостоятельно организует театрализованные игры, выбирает сказку, стихотворение, песню для постановки. Готовит необходимые атрибуты и декорации к спектаклю. Распределяет роли</li> </ul>
Овладение элементарной трудовой деятельностью	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Организует своё рабочее место и приводит его в порядок по окончании работы.</li> <li>• Осуществляет простые виды трудовой деятельности в природе, по уходу за растениями, на участке и в группе в соответствии с сезоном.</li> <li>• Ухаживает за своими вещами (ставит на место обувь, моет, протирает и чистит её по мере загрязнения, своевременно сушит мокрые вещи).</li> <li>• Выстраивает свою деятельность: ставит цель и удерживает её во время работы, определяет пути достижения задуманного, контролирует процесс деятельности, получает результат.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Умеет самостоятельно наводить порядок в группе и на участке детского сада (очищать от мусора, листвы и снега, украшать к праздникам).</li> <li>• Планирует трудовую деятельность и распределяет обязанности между детьми.</li> <li>• Расширяет представления о труде взрослых, специфике профессий, связанных с местными условиями, с профессией и местом работы родителей.</li> <li>• Бережёт результаты труда взрослых и сверстников, поддерживает порядок в группе и на участке детского сада</li> </ul>
Овладение основами собственной безопасности и безопасности окружающего мира	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Отличает друзей, знакомых и незнакомых.</li> <li>• Предвидит возможность насильственного поведения со стороны незнакомого взрослого.</li> <li>• Знает, что при возникновении подобной опасности надо громко кричать, призывая на помощь и привлекая внимание окружающих.</li> <li>• Проявляет осторожность как на улице, так и находясь дома в отсутствие взрослых: не входит в подъезд одному (без родителей и знакомых взрослых), не открывать дверь чужому человеку.</li> <li>• Понимает, какую опасность несут открытые окна, балконы, лифты, лестницы, нельзя самостоятельно открывать окно, заходить в лифт, выходить на</li> </ul>

	<p>балкон, устраивать игры у открытого окна, на лестнице и лестничной площадке.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Чётко знает предметы, которыми детям можно пользоваться, но с осторожностью, а какими нельзя и почему.</li> <li>• Знает, что опасные предметы должны храниться в специально отведённых местах.</li> <li>• Понимает, что такое бытовая химия, газ, чем они опасны.</li> <li>• Знает элементарные правила поведения при начинающемся пожаре: не бояться позвать на помощь, накинуть на источник возгорания тяжёлое одеяло.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Знает номера телефонов экстренных служб 01, 02, 03, 04 (единый телефон Службы спасения 112), а также номера близких взрослых, умеет пользоваться этими номерами.</li> <li>• Понимает, что существует проблема загрязнения окружающей среды, какое влияние это оказывает на человека и живую природу.</li> <li>• Соблюдает элементарные требования взрослых: не пить некипячёную воду, мыть руки перед едой, употреблять в пищу только хорошо вымытые фрукты и овощи, для того чтобы уберечь себя от болезней, а иногда и спасти жизнь.</li> <li>• Знает и называет некоторые ядовитые растения, ягоды.</li> <li>• Называет съедобные и несъедобные грибы, понимает, что даже съедобные грибы нельзя употреблять в пищу в сыром виде.</li> <li>• Соблюдает меры предосторожности в обращении с объектами природы, замечает некоторые сигналы опасности у животных, растений (шипы, колючки, звуки, рога и др.).</li> <li>• Знает правила поведения на солнце, водоёмах в летний и зимний периоды времени.</li> <li>• Знает некоторые дорожные знаки.</li> <li>• Имеет представление о работе полицейского-регулирующего и его функциях.</li> </ul> <p>Знает, где и как правильно кататься на велосипеде</p>
<b>ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ</b>	
<p>Овладение познавательно-исследовательской деятельностью; развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира</p>	<p><i>Сенсорное развитие</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Самостоятельно проводит анализ объектов: выделяет целое. Затем его части, детали.</li> <li>• Самостоятельно изменяет конструкцию в высоту, ширину, длину, преобразовывает плоскостной материал в объёмные формы.</li> <li>• Исследует и воспринимает природу с помощью всех органов чувств. <i>Познавательно-исследовательская деятельность</i></li> <li>• Владеет способами познания (анализ, сравнение, классификация, сериация, суждение, обобщение, выводы).</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Классифицирует предметы по внешним и внутренним признакам (цвету, красочности, привлекательности, обыденности и необычности, форме, размеру, скорости передвижения).</li> <li>• Пытается самостоятельно найти ответы на некоторые возникающие вопросы путём экспериментирования, проявляет творчество, высказывает догадки, выдвигает гипотезы, проверяет экспериментально; обсуждает результаты, делает умозаключения.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Использует в процессе практического познания, экспериментирования специальные приборы, материалы (весы, термометр, лупа, линейка и т.п.).</li> <li>• Включается в игры с использованием символов, знаков.</li> </ul> <p><i>Конструирование</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Создаёт макет знакомого помещения в уменьшенном масштабе, используя разнообразный материал.</li> <li>• Создаёт постройку, конструкцию по заданному чертежу, комментируя последовательность действий.</li> <li>• Придумывает свои знаки и символы и самостоятельно использует их в играх.</li> <li>• Проводит под руководством взрослого (воспитателя, родителя) исследования о предметах, обобщает результаты, сообщает о них сверстникам.</li> <li>• Видит конструкцию предмета и анализирует её с учётом практического назначения. <i>Мир живой и неживой природы</i></li> <li>• Планирует ход наблюдения, самостоятельно формулирует выводы.</li> <li>• Классифицирует объекты и явления по существенным основаниям.</li> <li>• Составляет творческие рассказы и сказки на природоведческие темы, используя речь-доказательство.</li> </ul> <p>Проявляет творческие находки в продуктивной деятельности.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участвует со взрослыми в доступных способах природоохранной деятельности.</li> <li>• Проявляет эстетические переживания в процессе общения с природой.</li> <li>• Выделяет противоречия в суждениях, использует разные способы проверки предположений.</li> <li>• Моделирует частные и общие связи (взаимозависимости в природе).</li> <li>• Применяет самостоятельно знания о природе при анализе новых ситуаций (в самостоятельных проектах и исследованиях). <i>Развитие элементарных математических представлений</i></li> <li>• Объединяет самостоятельно различные группы предметов, имеющие общий признак, в единое множество и удаляет из множества отдельные его части.</li> <li>• Находит части целого множества и целое по известным частям.</li> <li>• Считает до 10 и дальше (количественный и порядковый счёт в пределах 20).</li> <li>• Называет числа в прямом и обратном порядке до 10, начиная с любого числа натурального ряда.</li> <li>• Соотносит цифру и количество предметов.</li> <li>• Составляет и решает задачи в одно действие на сложение и вычитание, пользуясь цифрами и арифметическими знаками (+, —, =).</li> <li>• Различает величины: длину, ширину, высоту, объём (вместимость), массу (вес предметов) и способы их измерения.</li> <li>• Делит предметы на несколько равных частей, сравнивает целый предмет и его часть.</li> <li>• Объединяет все предметы, которые можно использовать для измерения, в понятие «мерка».</li> <li>• Различает и называет: отрезок, угол, круг (овал), многоугольники (треугольники, четырёхугольники,</li> </ul>

	<p>пятиугольники), шар, куб; проводит их сравнение. Выполняет практические работы с моделями правильных треугольников, четырёхугольников, пятиугольников, шестиугольников.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ориентируется в окружающем пространстве и на плоскости.</li> <li>• Определяет временные отношения (день — неделя — месяц), время по часам с точностью до 1 ч.</li> <li>• Знает состав чисел первого десятка (из отдельных единиц) и состав чисел первого пятка из двух меньших.</li> <li>• Умеет получить каждое число первого десятка, прибавляя единицу к предыдущему и вычитая единицу из следующего за ним в ряду.</li> <li>• Знает название текущего месяца года, последовательность всех дней недели, времён года.</li> <li>• Классифицирует предметы по двум—четырёх признакам одновременно.</li> <li>• Выявляет связи и зависимости между величиной, количеством и внешними свойствами, производит их речевое выражение.</li> <li>• Группирует цифры по схожести и по различию их структуры.</li> <li>• Рассказывает про цифры, их структуру: на что похожи, из чего состоят, что обозначает цифра и т.п.</li> <li>• Читает простую схему, способ и последовательность выполнения действий.</li> <li>• Распознаёт плоскостные фигуры независимо от их пространственного положения, располагает на плоскости, упорядочивает по размерам, классифицирует, группирует по цвету, форме, размерам.</li> </ul> <p>Моделирует плоскостные геометрические фигуры; конструирует фигуры по словесному описанию и перечислению их характерных свойств; составляет тематические композиции из фигур по собственному замыслу</p>
<b>РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ</b>	
<p>Овладение речью как средством общения и культуры</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Вступает в речевое общение различными способами: сообщает о своих впечатлениях, переживаниях; задаёт вопросы; побуждает партнёра по общению к совместной деятельности, действию.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выражает свои чувства и намерения с помощью речевых и неречевых средств, владеет правилами ведения диалога.</li> <li>• Высказывается простыми распространёнными предложениями, грамматически правильно строит сложные предложения.</li> <li>• Строит связную речь без пауз, запинок, повторений, неточностей словоупотребления.</li> <li>• Составляет предложения, делит предложения на слова.</li> <li>• Использует обобщающие слова, антонимы, синонимы.</li> <li>• Строит связный рассказ о предмете, по сюжетной картине.</li> <li>• Использует речь для планирования действий.</li> <li>• Пересказывает и драматизирует небольшие литературные произведения.</li> <li>• Различает понятия «звук», «слог», «слово», «предложение»; называет в последовательности слова в предложении, звуки и слоги в словах.</li> <li>• Владеет средствами звукового анализа слов,</li> </ul>

	<p>определяют качественные характеристики звуков в слове (гласный — согласный, твёрдый — мягкий, ударный — безударный гласный, место звука в слове).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проявляет самостоятельность в сочинении сюжетных рассказов, различных историй с использованием в них образных выражений, эпитетов, сравнений.</li> <li>• Различает на слух и правильно воспроизводит все звуковые единицы родного языка</li> </ul>
<p>Обогащение активного словаря в процессе восприятия художественной литературы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Различает жанры литературных произведений.</li> <li>• Называет любимые сказки и рассказы.</li> <li>• Знает 2—3 любимых стихотворения, 2—3 считалки, 2—3 загадки.</li> <li>• Называет 2—3 авторов и 2—3 иллюстраторов книг.</li> <li>• Выразительно читает стихотворение, пересказывает отрывок из сказки, рассказа.</li> <li>• После рассматривания иллюстраций произведения отражает свой опыт в продуктивной деятельности</li> </ul>
<p><b>ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ</b></p>	
<p>Развитие детей в процессе овладения изобразительной деятельностью</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Знает разные виды изобразительного искусства: живопись, графика, скульптура, декоративно-прикладное и народное искусство.</li> <li>• Называет основные выразительные средства.</li> <li>• Высказывает эстетические суждения о произведениях искусства, эстетической развивающей среде.</li> </ul> <p><i>В рисовании</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Создаёт индивидуальные и коллективные рисунки, декоративные предметные и сюжетные композиции на темы окружающей жизни, литературных произведений.</li> <li>• Использует в рисовании разные материалы и способы создания изображения.</li> </ul> <p><i>В лепке</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Лепит различные предметы, передавая их форму, пропорции, позы и движения фигур.</li> <li>• Создаёт сюжетные композиции из 2—3 и более изображений.</li> <li>• Выполняет декоративные композиции способами налёпа и рельефа.</li> <li>• Расписывает вылепленные изделия по мотивам народного искусства.</li> </ul> <p><i>В аппликации и конструировании</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Создаёт изображения различных предметов, используя бумагу разной фактуры и усвоенные способы вырезания и обрывания.</li> <li>• Создаёт сюжетные и декоративные композиции</li> </ul>
<p>Развитие детей в процессе овладения музыкальной деятельностью</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Даёт качественные характеристики музыкальных звуков (темп, ритм, высота, динамика, длительность).</li> <li>• Характеризует (описать, найти слова) звуки детских музыкальных инструментов, определяет настроения звуковой реальности.</li> <li>• Подражает (в игре на детских музыкальных инструментах) различным звуковым явлениям окружающей немusical звуковой действительности, самостоятельно выбирая инструмент.</li> <li>• Анализирует звук на уровне образных ассоциаций, чувств, сопереживаний (раскрытие эмоционального содержания звука).</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дифференцирует и подбирает произведения живописи, детской литературы к прослушанной музыке, анализирует средства выразительности стихов, репродукций.</li> <li>• Ориентируется в средствах выразительности музыки, изобразительного искусства, литературы, осваивает средства выразительности в собственной деятельности.</li> <li>• Ориентируется в самостоятельном выборе средств передачи конкретного содержания отображаемой действительности в разных видах деятельности (пении, игре на музыкальных инструментах, двигательной игре, рисовании, лепке, конструировании, чтении, сочинении ролей (театрализации)).</li> <li>• Воплощает и передаёт содержание одного образа, одного чувства, одного настроения различными средствами.</li> <li>• «Озвучивает» средствами пластики содержание воображаемых образов прослушанного музыкального произведения в контексте определённой темы программы (темы месяцев).</li> <li>• Сопоставляет использованные средства передачи воображаемых образов между собой, находит различное и схожее.</li> <li>• Оценивает и высказывается о жанрах (песня, марш, танец) и форме (1, 2, 3-частные, рондо) музыкальных произведений.</li> <li>• Передаёт в пении мини-импровизации с различными интонациями, исполняя их в разном темпе.</li> <li>• Включается в разнообразные виды фантазирования (ритмическое, тембровое, пластическое, графическое, вербальное).</li> <li>• Владеет основными движениями, двигается с правильной координацией рук и ног, легко, ритмично, соответственно характеру музыки или под звучащий ударный инструмент (барабан, бубен, бубенцы) или под мелодию блок-флейты.</li> <li>• Сотрудничает в коллективном музыкально-театральном творчестве, в том числе в совместной взросло-детской деятельности</li> </ul>
<p>Развитие детей в процессе овладения театрализованной деятельностью</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Осваивает позиции исполнителя через идентификацию с образом театральных героев.</li> <li>• Действует в образе-маске и соответственно образу организует движения, жест, слова.</li> <li>• Осваивает мир реальной и фантастической природы.</li> <li>• Фантазирует на основе трансформации образов природного и предметного мира.</li> <li>• Владеет навыками коллективной работы (оценка своего и чужого исполнения, умение радоваться удаче другого, умение преодолевать скованность и зажим, нежелание выходить на сценическую площадку)</li> </ul>
<p><b>ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ</b></p>	
<p>Овладение двигательной деятельностью</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).</li> <li>• Бегаёт легко, сохраняя правильную осанку, скорость, направление, координируя движения рук и ног.</li> <li>• Прыгает на мягкое покрытие с высоты до 40 см;</li> </ul>

	<p>мягко приземляется, прыгает в длину с места; прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Перебрасывает набивные мячи, метает предметы правой и левой рукой.</li> <li>• Выполняет физические упражнения из разных исходных положений чётко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.</li> <li>• Умеет сохранять правильную осанку.</li> <li>• Ходит на лыжах переменным скользящим шагом. Поднимается на горку и спускается с неё, тормозит при спуске.</li> <li>• Активно участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис, шахматы). Знает правила игр, экипировку игроков.</li> <li>• Плавает произвольно на расстояние 15 м.</li> <li>• Умеет прыгать в воду. Выполнять разнообразные комплексы аквааэробики.</li> <li>• Проявляет дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в</li> </ul>
	<p>двигательной деятельности, демонстрирует красоту, грациозность, выразительность движений, оказывает помощь.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполняет упражнение на равновесие: ступни на одной линии, руки в стороны.</li> <li>• Выполняет лазание, висы, упражнения на металлических и пластиковых конструкциях.</li> <li>• Лазает по гимнастической лестнице с изменением темпа.</li> <li>• Участвует в соревнованиях по лёгкой атлетике, футболу, весёлых стартах.</li> <li>• Играет в шахматы. Решает этюды и задачи.</li> <li>• Знает правила туристов, участвует в походе на расстояние 3—5 км.</li> <li>• Выполняет упражнения: сидя, лёжа спиной, животом на фитнес-мяче. Выполняет прыжки на фитболе.</li> <li>• Выполняет упражнения на оздоровительных тренажёрах.</li> <li>• Выполняет упражнения на гимнастической стенке: прогибание вперёд-назад, уголок, смешанные висы.</li> <li>• Развиты физические качества (скорость, гибкость, выносливость, сила, координация), улучшен индивидуальный результат в конце учебного года</li> </ul>
<p>Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Имеет представление о строении человека.</li> <li>• Знает некоторые особенности функционирования своего организма.</li> <li>• Соблюдает правила ухода за органами чувств и своим организмом.</li> <li>• Осознанно принимает ценности здорового образа жизни и осуществляет регуляцию своего поведения в соответствии с ними.</li> <li>• Проявляет любознательность, произвольность, способность к творческому самовыражению в области охраны здоровья.</li> <li>• Проявляет готовность к активному взаимодействию с окружающим миром по проблеме здоровьесбережения.</li> <li>• Проявляет инициативность, самостоятельность, навыки сотрудничества в разных видах двигательной</li> </ul>

## Оценочные материалы

Карпова Ю.В. Педагогическая диагностика индивидуального развития детей в соответствии с ФГОС ДО.

### 2. Содержательный раздел:

#### 2.1 Содержание образовательной работы;

Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития детей

Образовательная деятельность	Виды детской деятельности	Формы образовательной деятельности
<u>«Физическое развитие»</u>	Двигательная, коммуникативная, познавательная – исследовательская, игровая, музыкальная	Подвижные игры, игровые упражнения, спортивные игры, двигательная активность на прогулке, физкультура, физкультминутки, игры – мотивации, физкультурные соревнования, дни здоровья, закаливающие процедуры.
<u>«Социально-коммуникативное развитие»</u>	Игровая, коммуникативная, трудовая, познавательная – исследовательская, музыкальная, восприятие художественной литературы, изобразительная, двигательная деятельность.	Игры с правилами, дидактические и творческие игры и развлечения, заучивание стихотворений, произведений, отгадывание загадок.
<u>«Познавательное развитие»</u>	Познавательная – исследовательская, игровое восприятие художественной литературы, двигательная, коммуникативная, изобразительная, конструктивная, трудовая, музыкальная, игровая.	Наблюдения, экскурсии, эксперименты и опыты, беседы, рассматривание картин, иллюстраций, заучивание и обсуждение произведений, отгадывание загадок, изготовление поделок.
<u>«Речевое развитие»</u>	Коммуникативная, познавательная – исследовательская, игровая, восприятие художественной литературы, музыкальная, изобразительная, двигательная.	Беседы, игровые проблемные ситуации, викторины, рассматривание картин и иллюстраций к художественным произведениям, театрализация, отгадывания загадок, разучивание стихотворений.
<u>«Художественно – эстетическое развитие»</u>	Продуктивная, познавательная – исследовательское восприятие художественной литературы, музыкальная, изобразительная, коммуникативная, двигательная, игровая.	Рисование, лепка, аппликация, использование музыкальных произведений, праздники, развлечения.



## **Социализация, развитие общения, нравственное воспитание.**

### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, развивать умение самостоятельно объединяться для совместной игры и труда, заниматься самостоятельно выбранным делом, договариваться, помогать друг другу. Воспитывать организованность, дисциплинированность, коллективизм, уважение к старшим. Воспитывать заботливое отношение к малышам, пожилым людям; учить помогать им.

Формировать такие качества, как сочувствие, отзывчивость, справедливость, скромность. Развивать волевые качества: умение ограничивать свои желания, выполнять установленные нормы поведения, в своих поступках следовать положительному примеру. Воспитывать уважительное отношение к окружающим. Формировать умение слушать собеседника, не перебивать без надобности.

Формировать умение спокойно отстаивать свое мнение. Обогащать словарь формулами словесной вежливости (приветствие, прощание, просьбы, извинения). Расширять представления детей об их обязанностях, прежде всего в связи с подготовкой к школе. Формировать интерес к учебной деятельности и желание учиться в школе.

### **Ребенок в семье и сообществе.**

**От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа. 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. Закреплять традиционные гендерные представления, продолжать развивать в мальчиках и девочках качества, свойственные их полу.

**Семья.** 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. Закреплять знание домашнего адреса и телефона, имен и отчеств родителей, их профессий.

**Детский сад.** Продолжать расширять представления о ближайшей окружающей среде (оформление помещений, участка детского сада, парка, сквера). Учить детей выделять радующие глаз компоненты окружающей среды (окраска стен, мебель, оформление участка и т. п.). Привлекать детей к созданию развивающей среды дошкольного учреждения (мини-музеев, выставок, библиотеки, конструкторских мастерских и др.); формировать умение эстетически оценивать окружающую среду, высказывать оценочные суждения, обосновывать свое мнение. Формировать у детей представления о себе как об активном члене коллектива: через участие в проектной деятельности, охватывающей детей младших возрастных групп и родителей; активном участии в жизни дошкольного учреждения (адаптация младших дошкольников, подготовка к праздникам, выступлениям, соревнованиям в детском саду и за его пределами и др.).

**Родная страна.** Расширять представления о родном крае. Продолжать знакомить с достопримечательностями региона, в котором живут дети. На основе расширения знаний об окружающем воспитывать патриотические и интернациональные чувства, любовь к Родине. Углублять и уточнять представления о Родине — России. Поощрять интерес детей к событиям, происходящим в стране, воспитывать чувство гордости за ее достижения. 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). Развивать представления о том, что Российская Федерация (Россия) — огромная, многонациональная страна. Воспитывать уважение к людям разных национальностей и их обычаям. Расширять представления о Москве — главном городе, столице России. Расширять знания о государственных праздниках. 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.).

### **Самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание.**

**От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа. Культурно-гигиенические навыки.** Воспитывать привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком и расческой. Закреплять умения детей аккуратно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом; обращаться с просьбой, благодарить. Закреплять умение следить за чистотой одежды и обуви, замечать и устранять непорядок в своем внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, причёске.

**Самообслуживание.** Закреплять умение самостоятельно и быстро одеваться и раздеваться, складывать в шкаф одежду, ставить на место обувь, сушить при необходимости мокрые вещи, ухаживать за обувью (мыть, протирать, чистить). Закреплять умение самостоятельно, быстро и аккуратно убирать за собой постель после сна. Закреплять умение самостоятельно и своевременно готовить материалы и пособия к занятию, без напоминания убирать свое рабочее место.

**Общественно-полезный труд.** Продолжать формировать трудовые умения и навыки, воспитывать трудолюбие. Приучать 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 полезными окружающим, радоваться результатам коллективного труда. Развивать умение самостоятельно объединяться для совместной игры и труда, оказывать друг другу помощь. Закреплять умение планировать трудовую деятельность, отбирать необходимые материалы, делать несложные заготовки. Продолжать учить детей поддерживать порядок в группе и на участке: протирать и мыть игрушки, строительный материал, вместе с воспитателем ремонтировать книги, игрушки (в том числе книги и игрушки воспитанников младших групп детского сада). Продолжать учить самостоятельно наводить порядок на участке детского сада: подметать и очищать дорожки от мусора, зимой — от снега, поливать песок в песочнице; украшать участок к праздникам. Приучать детей добросовестно выполнять обязанности дежурных по столовой: полностью сервировать столы и вытирать их после еды, подметать пол. Прививать интерес к учебной деятельности и желание учиться в школе. Формировать навыки учебной деятельности (умение внимательно слушать воспитателя, действовать по предложенному им плану, а также самостоятельно планировать свои действия, выполнять поставленную задачу, правильно оценивать результаты своей деятельности).

**Труд в природе.** Закреплять умение самостоятельно и ответственно выполнять обязанности дежурного в уголке природы: поливать комнатные растения, рыхлить почву, мыть кормушки, готовить корм для рыб, птиц, морских свинок и т. п. Прививать детям интерес к труду в природе, привлекать их к посильному участию: осенью — к уборке овощей с огорода, сбору семян, выкапыванию луковиц, клубней цветов, перекапыванию грядок, пересаживанию цветущих растений из грунта в уголок природы; зимой — к сгребанию снега к стволам деревьев и кустарникам, выращиванию зеленого корма для птиц и животных (обитателей уголка природы), посадке корнеплодов, выращиванию с помощью воспитателя цветов к праздникам; весной — к перекапыванию земли на огороде и в цветнике, к посеву семян (овощей, цветов), высадке рассады; летом — к участию в рыхлении почвы, прополке и окучивании, поливе грядок и клумб.

**Уважение к труду взрослых.** Расширять представления о труде взрослых, о значении их труда для общества. Воспитывать уважение к людям труда. Продолжать знакомить детей с профессиями, связанными со спецификой родного поселка. Развивать интерес к различным профессиям, в частности к профессиям родителей и месту их работы.

#### **Формирование основ безопасности.**

##### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

**Безопасное поведение в природе.** Формировать основы экологической культуры. Продолжать знакомить с правилами поведения на природе. Знакомить с Красной книгой, с отдельными представителями животного и растительного мира, занесенными в нее. Уточнять и расширять представления о таких явлениях природы, как гроза, гром, молния, радуга, ураган, знакомить с правилами поведения человека в этих условиях.

**Безопасность 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. Подводить детей к осознанию необходимости соблюдать правила дорожного движения. Расширять представления детей о работе ГИБДД. Воспитывать культуру поведения на улице и в общественном транспорте. Развивать свободную ориентировку в пределах ближайшей к детскому саду местности. Формировать умение находить дорогу из дома в детский сад на схеме местности.

**Безопасность собственной жизнедеятельности.** Формировать представления о том, что полезные и необходимые бытовые предметы при неумелом обращении могут причинить вред и стать причиной беды (электроприборы, газовая плита, инструменты и бытовые предметы). Закреплять правила безопасного обращения с бытовыми предметами. Закреплять правила безопасного поведения во время игр в разное время года (купание в водоемах, катание на велосипеде, катание на санках, коньках, лыжах и др.). Подвести детей к пониманию необходимости соблюдать меры предосторожности, учить оценивать свои возможности по преодолению опасности. 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 «01», «02», «03». Закреплять умение называть свое имя, фамилию, возраст, домашний адрес, телефон.

#### **Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательной области «Познавательное развитие».**

Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и

покое, причинах и следствиях и др.), о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира.

**Основные цели и задачи.** *Формирование элементарных математических представлений.* Формирование элементарных математических представлений, первичных представлений об основных свойствах и отношениях объектов окружающего мира: форме, цвете, размере, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени.

*Развитие познавательно-исследовательской деятельности.* Развитие познавательных интересов детей, расширение опыта ориентировки в окружающем, сенсорное развитие, развитие любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений об объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, причинах и следствиях и др.). Развитие восприятия, внимания, памяти, наблюдательности, способности анализировать, сравнивать, выделять характерные, существенные признаки предметов и явлений окружающего мира; умения устанавливать простейшие связи между предметами и явлениями, делать простейшие обобщения.

*Ознакомление с предметным окружением.* Ознакомление с предметным миром (название, функция, назначение, свойства и качества предмета); восприятие предмета как творения человеческой мысли и результата труда. Формирование первичных представлений о многообразии предметного окружения; о том, что человек создает предметное окружение, изменяет и совершенствует его для себя и других людей, делая жизнь более удобной и комфортной. Развитие умения устанавливать причинно-следственные связи между миром предметов и природным миром.

*Ознакомление с социальным миром.* Ознакомление с окружающим социальным миром, расширение кругозора детей, формирование целостной картины мира. Формирование первичных представлений о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках.

Формирование гражданской принадлежности; воспитание любви к Родине, гордости за ее достижения, патриотических чувств. Формирование элементарных представлений о планете Земля как общем доме людей, о многообразии стран и народов мира.

*Ознакомление с миром природы.* Ознакомление с природой и природными явлениями. Развитие умения устанавливать причинно-следственные связи между природными явлениями. Формирование первичных представлений о природном многообразии планеты Земля. Формирование элементарных экологических представлений. Формирование понимания того, что человек — часть природы, что он должен беречь, охранять и защищать ее, что в природе все взаимосвязано, что жизнь человека на Земле во многом зависит от окружающей среды. Воспитание умения правильно вести себя в природе. Воспитание любви к природе, желания беречь ее.

## **Формирование элементарных математических представлений.**

### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

**Количество и 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 большему прибавляется меньшее) и на вычитание (вычитаемое меньше остатка); при решении задач пользоваться знаками действий: плюс (+), минус (-) и знаком отношения равно (=).

**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. Сравнить 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. Учить 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. 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 территории (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.

## **Развитие познавательно-исследовательской деятельности.**

### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

**Познавательно-исследовательская деятельность.** Совершенствовать характер и содержание обобщенных способов исследования объектов с помощью специально созданной системы сенсорных эталонов и перцептивных действий, осуществлять их оптимальный выбор в соответствии с познавательной задачей. Создавать условия для самостоятельного установления связей и отношений между системами объектов и явлений с применением различных средств. Совершенствовать характер действий экспериментального характера, направленных на выявление скрытых свойств объектов. Совершенствовать умение определять способ получения необходимой информации в соответствии с условиями и целями деятельности. 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.

**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, красивые сочетания цветов и оттенков, различные звуки (музыкальные, природные и др.). Развивать умение классифицировать предметы по общим качествам (форме, величине, строению, цвету). Закреплять знания детей о хроматических и ахроматических цветах.

**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. В работе над нормативными проектами 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 дидактические 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. Привлекать детей к созданию некоторых дидактических игр («Шумелки», «Шуршалки» и т. д.). Развивать и закреплять сенсорные способности. Содействовать проявлению и развитию в игре необходимых для подготовки к школе качеств: произвольного поведения, ассоциативно-образного и логического мышления, воображения, познавательной активности.

### **Ознакомление с предметным окружением**

#### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

Продолжать расширять и уточнять представления детей о предметном мире. Обогащать представления о видах транспорта (наземный, подземный, воздушный, 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 не дала человеку природа, он создал себе сам (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) и подводить к пониманию роли взрослого человека. Побуждать применять разнообразные способы обследования предметов (наложение, приложение, сравнение по количеству и т. д.).

### **Ознакомление с социальным миром**

#### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

Продолжать знакомить с библиотеками, музеями. Углублять представления детей о дальнейшем обучении, формировать элементарные знания о специфике школы, колледжа, вуза (по возможности посетить школу, познакомиться с учителями и учениками и т. д.). 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.

Через экспериментирование и практическую деятельность дать детям возможность познакомиться с элементами профессиональной деятельности в каждой из перечисленных областей (провести и объяснить простейшие эксперименты с водой, воздухом, магнитом; создать коллективное панно или рисунок, приготовить что-либо; помочь собрать на прогулку младшую группу; вырастить съедобное растение, ухаживать за домашними животными). Продолжать расширять представления о людях разных профессий. Представлять детям целостный взгляд на человека труда: ответственность, аккуратность, добросовестность, ручная умелость помогают создавать разные материальные и духовные ценности.

Расширять представления об элементах экономики (деньги, их история, значение для общества, бюджет семьи, разные уровни обеспеченности людей, необходимость помощи менее обеспеченным людям, благотворительность). Расширять представления о родном крае. Продолжать знакомить с достопримечательностями региона, в котором живут дети. Углублять и уточнять представления о Родине - России. Поощрять интерес детей к событиям, происходящим в стране, воспитывать чувство гордости за ее достижения. 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). Развивать представления о том, что Российская Федерация (Россия) - огромная, многонациональная страна. Расширять представления о Москве - главном городе, столице России. Расширять знания о государственных праздниках, рассказывать детям о Ю.А. Гагарине и других героях космоса. Углублять знания о Российской армии.

Формировать элементарные представления об эволюции Земли (возникновение Земли, эволюция растительного и животного мира), месте человека в природном и социальном мире, происхождении и биологической обоснованности различных рас. Формировать элементарные представления об истории человечества через знакомство с произведениями искусства (живопись, скульптура, мифы и легенды народов мира), игру и продуктивные виды деятельности. 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 о своей принадлежности к человеческому сообществу, о детстве ребят в других странах, о правах детей в мире (Декларация прав ребенка), об отечественных и международных организациях, занимающихся соблюдением прав ребенка (органы опеки, ЮНЕСКО и др.). Формировать элементарные представления о свободе личности как достижении человечества. Расширять представления о родном крае. Продолжать знакомить с достопримечательностями региона, в котором живут дети. На основе расширения знаний об окружающем воспитывать патриотические и интернациональные чувства, любовь к Родине. Углублять и уточнять представления о Родине - России. Поощрять интерес детей к событиям, происходящим в стране, воспитывать чувство гордости за ее достижения. 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).

## **Ознакомление с миром природы**

### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

Расширять и уточнять представления детей о деревьях, кустарниках, травянистых растениях; растениях луга, сада, леса. Конкретизировать представления детей об условиях жизни комнатных растений. Знакомить со способами их вегетативного размножения (черенками, листьями, усами). Продолжать учить детей устанавливать связи между состоянием растения и условиями окружающей среды. Расширять представления о лекарственных растениях (подорожник, крапива и др.). Расширять и систематизировать знания о домашних, зимующих и перелетных птицах; домашних животных и обитателях уголка природы. Дать детям более полные представления о диких животных и особенностях их приспособления к окружающей среде.

Расширять знания детей о млекопитающих, земноводных и пресмыкающихся. Расширять представления о насекомых. Знакомить с особенностями их жизни (муравьи, пчелы, осы живут большими семьями, муравьи - в муравейниках, пчелы - в дуплах, ульях). Знакомить с некоторыми формами защиты земноводных и пресмыкающихся от врагов (например, уж отпугивает врагов шипением и т.п.). Учить различать по внешнему виду и правильно называть бабочек (капустница, крапивница, павлиний глаз и др.) и жуков (божья коровка, жужелица и др.). Учить сравнивать насекомых по способу передвижения (летают, прыгают, ползают).

Развивать интерес к родному краю. Воспитывать уважение к труду сельских жителей (земледельцев, механизаторов, лесничих и др.). Учить обобщать и систематизировать представления о временах года. Формировать представления о переходе веществ из твердого состояния в жидкое и наоборот. Наблюдать такие явления природы, как иней, град, туман, дождь. Закреплять умение передавать свое отношение к природе в рассказах и продуктивных видах деятельности. Объяснить, 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 детей 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. Закреплять умение правильно вести себя в природе (любоваться красотой природы, наблюдать за растениями и животными, не нанося им вред). Оформлять альбомы о временах года: подбирать картинки, фотографии.

### **Сезонные наблюдения**

**Осень.** Закреплять знания детей о том, что сентябрь - первый осенний месяц. Учить замечать приметы осени (похолодало; земля от заморозков стала твердой; зазеленели лужи; листопад; иней на почве). Показать обрезку кустарников, рассказать, для чего это делают. Привлекать к высаживанию садовых растений (настурция, астры) в горшки. Учить собирать природный материал (семена, шишки, желуди, листья) для изготовления поделок.

**Зима.** Обогащать представления детей о сезонных изменениях в природе (самые короткие дни и длинные ночи, холодно, мороз, гололед и т. д.). Обращать внимание детей на то, что на некоторых деревьях долго сохраняются плоды (на рябине, ели и т.д.). Объяснить, что это корм для птиц. Учить определять свойства снега (холодный, пушистый, рассыпается, липкий и др.; из влажного, тяжелого снега лучше делать постройки). Учить детей замечать, что в феврале погода меняется (то светит солнце, то дует ветер, то идет снег, на крышах домов появляются сосульки). Рассказать, что 22 декабря - самый короткий день в году. Привлекать к посадке семян овса для птиц.

**Весна.** Расширять представления дошкольников о весенних изменениях в природе (чаще светит солнце, зацветают подснежники; распускаются почки на деревьях и кустарниках, начинается ледоход; пробуждаются травяные лягушки, жабы, ящерицы; птицы вьют гнезда; вылетают бабочки-крапивницы; появляются муравьи). Познакомить с термометром (столбик с ртутью может быстро подниматься и опускаться, в зависимости от того, где он находится - в тени или на солнце). Наблюдать, как высаживают, обрезают деревья и кустарники. Учить замечать изменения в уголке природы (комнатные растения начинают давать новые листочки, зацветают и т. д.); пересаживать комнатные растения, в том числе способом черенкования. Учить детей выращивать цветы (тюльпаны) к Международному женскому дню.

Знакомить детей с народными приметами: «Длинные сосульки - к долгой весне», «Если весной летит много паутины, лето будет жаркое» и т. п. Лето. Уточнять представления детей об изменениях, происходящих в природе (самые длинные дни и короткие ночи, тепло, жарко; бывают ливневые дожди, грозы, радуга). Объяснить, что летом наиболее благоприятные условия для роста растений: растут, цветут и плодоносят.

Знакомить с народными приметами: «Радуга от дождя стоит долго - к ненастью, скоро исчезнет - к ясной погоде», «Вечером комары летают густым роем - быть теплу», «Появились опята - лето кончилось». Рассказать о том, что 22 июня - день летнего солнцестояния (самый долгий день в году: с этого дня ночь удлиняется, а день идет на убыль). Знакомить с трудом людей на полях, в садах и огородах. Воспитывать желание помогать взрослым.

## **Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми**

## **образовательной области «Речевое развитие».**

Речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха; знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы; формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте.

### **Основные цели и задачи:**

*Развитие речи.* Развитие свободного общения с взрослыми и детьми, овладение конструктивными способами и средствами взаимодействия с окружающими. Развитие всех компонентов устной речи детей: грамматического строя речи, связной речи — диалогической и монологической форм; формирование словаря, воспитание звуковой культуры речи. Практическое овладение воспитанниками нормами речи.

*Художественная литература.* Воспитание интереса и любви к чтению; развитие литературной речи. Воспитание желания и умения слушать художественные произведения, следить за развитием действия.

### **Развитие речи.**

#### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

**Развивающая речевая среда.** Приучать детей-будущих школьников - про являть инициативу с целью получения новых знаний. Совершенствовать речь как средство общения. Выяснять, что дети хотели бы увидеть своими глазами, о чем хотели бы узнать, в какие настольные и интеллектуальные игры хотели бы научиться играть, какие мультфильмы готовы смотреть повторно и почему, какие рассказы (о чем) предпочитают слушать и т.п. 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 окружающих. Продолжать формировать умение отстаивать свою точку зрения. Помогать осваивать формы речевого этикета. Продолжать содержательно, эмоционально рассказывать детям об интересных фактах и событиях. Приучать детей к самостоятельности суждений.

**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.

**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 пере рассказывать 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 (на-ша Ма-ша, ма-ли-на, бе-ре-за) на части. Учить составлять слова из слогов (устно). Учить выделять последовательность звуков в простых словах.

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

**От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.** 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.

### **Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательной области «Художественно-эстетическое развитие».**

Художественно-эстетическое развитие предполагает развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.).

**Основные цели и задачи:** формирование интереса к эстетической стороне окружающей действительности, эстетического отношения к предметам и явлениям окружающего мира, произведениям искусства; воспитание интереса к художественно-творческой деятельности.

Развитие эстетических чувств детей, художественного восприятия, образных представлений, воображения, художественно-творческих способностей.

Развитие детского художественного творчества, интереса к самостоятельной творческой деятельности (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.); удовлетворение потребности детей в самовыражении.

*Приобщение к искусству.* Развитие эмоциональной восприимчивости, эмоционального отклика на литературные и музыкальные произведения, красоту окружающего мира, произведения искусства. Приобщение детей к народному и профессиональному искусству (словесному, музыкальному, изобразительному, театральному, к архитектуре) через ознакомление с лучшими образцами отечественного и мирового искусства; воспитание умения понимать содержание произведений искусства. Формирование элементарных представлений о видах и жанрах искусства, средствах выразительности в различных видах искусства.

*Изобразительная деятельность.* Развитие интереса к различным видам изобразительной деятельности; совершенствование умений в рисовании, лепке, аппликации, прикладном творчестве. Воспитание эмоциональной отзывчивости при восприятии произведений изобразительного искусства. Воспитание желания и умения взаимодействовать со сверстниками при создании коллективных работ.

*Конструктивно-модельная деятельность.* Приобщение к конструированию; развитие интереса к конструктивной деятельности, знакомство с различными видами конструкторов. Воспитание умения работать коллективно, объединять свои поделки в соответствии с общим замыслом, договариваться, кто какую часть работы будет выполнять.

*Музыкальная деятельность.* Приобщение к музыкальному искусству; развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания музыкального искусства; формирование основ музыкальной культуры, ознакомление с элементарными музыкальными понятиями, жанрами; воспитание эмоциональной отзывчивости при восприятии музыкальных произведений. Развитие музыкальных способностей: поэтического и музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти; формирование песенного, музыкального вкуса. Воспитание интереса к музыкально-художественной деятельности, совершенствование умений в этом виде деятельности. Развитие детского музыкально-художественного творчества, реализация самостоятельной творческой деятельности детей; удовлетворение потребности в самовыражении.

### **Приобщение к искусству.**

#### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

Развивать эстетическое восприятие, чувство ритма, художественный вкус, эстетическое отношение к окружающему, к искусству и художественной деятельности. Формировать интерес к классическому и народному искусству (музыке, изобразительному искусству, литературе, архитектуре). Формировать основы художественной культуры. Развивать интерес к искусству. Закреплять знания об искусстве как виде творческой деятельности людей, о видах искусства (декоративно-прикладное, изобразительное искусство, литература, музыка, архитектура, театр, танец, кино, цирк).

Расширять знания детей об изобразительном искусстве, развивать художественное восприятие произведений изобразительного искусства. 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», «Лето», «Сенокос»), В. Васнецов («Аленушка», «Богатыри»), «Иван-царевич на Сером волке») и др.

Обогащать представления о скульптуре малых форм, выделяя образные средства выразительности (форму, пропорции, цвет, характерные детали, позы, движения и др.). Расширять представления о художниках - иллюстраторах детской книги (И. Билибин, Ю. Васнецов, В. Конашевич, В. Лебедев, Т. Маврина, Е. Чарушин и др.). Продолжать знакомить с народным декоративно-прикладным искусством (гжельская, хохломская, жостовская, мезенская роспись), с керамическими изделиями, народными игрушками.



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, 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). Расширять представления детей о творческой деятельности, ее особенностях; формировать умение называть виды художественной деятельности, профессии деятелей искусства (художник, композитор, артист, танцор, певец, пианист, скрипач, режиссер, директор театра, архитектор и т. п.). Развивать эстетические чувства, эмоции, переживания; умение самостоятельно создавать художественные образы в разных видах деятельности.

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.). Знакомить с историей и видами искусства; формировать умение различать народное и профессиональное искусство. Организовать посещение выставки, театра, музея, цирка (совместно с родителями).

Расширять представления о разнообразии народного искусства, художественных промыслов (различные виды материалов, разные регионы страны и мира). Воспитывать интерес к искусству родного края; любовь и бережное отношение к произведениям искусства. Поощрять активное участие детей в художественной деятельности по собственному желанию и под руководством взрослого.

#### **Изобразительная деятельность.**

##### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

Формировать у детей устойчивый интерес к изобразительной деятельности. Обогащать сенсорный опыт, включать в процесс ознакомления с предметами движения рук по предмету. Продолжать развивать образное эстетическое восприятие, образные представления, 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.

Формировать 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 учить детей рисовать с натуры; развивать аналитические способности, умение сравнивать предметы между собой, выделять особенности каждого предмета; совершенствовать умение изображать предметы, передавая их форму, величину, строение, пропорции, цвет, композицию.

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 умение замечать недостатки своих работ и исправлять их; вносить дополнения для достижения большей выразительности создаваемого образа.

**Предметное рисование.** Совершенствовать умение изображать предметы по памяти и с натуры; развивать наблюдательность, способность замечать характерные особенности предметов и передавать их средствами рисунка (форма, пропорции, расположение на листе бумаги).

Совершенствовать технику изображения. Продолжать развивать свободу и одновременно точность движений руки под контролем зрения, их плавность, ритмичность. Расширять набор материалов, которые дети могут использовать в 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.

Продолжать формировать умение свободно владеть карандашом 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, получившиеся при равномерном закрашивании и регулировании нажима на карандаш. 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.).

**Сюжетное рисование.** 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.

**Декоративное рисование.** 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.). 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.

**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.

**Декоративная лепка.** Продолжать развивать навыки декоративной лепки; учить использовать разные способы лепки (налеп, углубленный рельеф), применять стеку. Учить при лепке из глины расписывать пластилину, создавать узор стекой; создавать из глины, разноцветного пластилина предметные и сюжетные, индивидуальные и коллективные композиции.

**Аппликация.** 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; несколько 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 картин. Продолжать развивать чувство цвета, колорита, композиции. Поощрять проявления творчества.

**Прикладное творчество: работа 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, ключик 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.

**Прикладное творчество: работа с тканью.** Формировать умение вдевать нитку в иголку, завязывать узелок; пришивать пуговицу, вешалку; шить простейшие изделия (мешочек для семян, фартучек для кукол, игольница) швом «вперед иголку». 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.

**Прикладное творчество: работа 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. Закреплять умение детей аккуратно и экономно использовать материалы.

#### **Конструктивно-модельная деятельность.**

##### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

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).

#### **Музыкальная деятельность.**

##### **От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

Продолжать приобщать детей к музыкальной культуре, воспитывать художественный вкус. Продолжать обогащать музыкальные впечатления детей, вызывать яркий эмоциональный отклик при восприятии музыки разного характера. Совершенствовать звуко-высотный, 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. 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 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.

**Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие».**

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

**Основные цели и задачи:**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

**От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

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.

**Физическая культура.**

**От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа.**

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. 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.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. 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; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

**Цель:** Формирование у детей знаний о родном крае, о достопримечательностях нашего села, знакомство с традициями, праздниками, бытом нашего народа.

Месяц	Формы работы с детьми
Сентябрь	Рассматривание альбома «Мой родной край»
	Беседа «История с. Алексеевка»
	Заучивание стихотворения Вострикова «Моя малая Родина»
	Подвижная игра «Зайцы и волк»
Октябрь	Рассматривание альбома «Усадьба Л. Толстого»
	Беседа о пребывании Л. Толстого в Алексеевке
	Познакомить с рассказами Л. Толстого.
	Рисование «Улицы родного села»
Ноябрь	Знакомство с Государственным флагом, гербом, гимне России.
	Рисование флага с. Алексеевки.
	Заучивание Государственного гимна России
	Подвижная игра «Жмурки»
Декабрь	Рассматривание открыток о Самарском крае
	Беседа о матушке Волге
	Чтение рассказов о Волге
Январь	Беседа «История происхождения славян»
	Национальные костюмы славян
	Славянские имена. Что они означают?
Февраль	Знакомство и заучивание пословиц и поговорок
	Знакомство с музыкальными инструментами (с балалайкой, ложками, бубном, трещоткой)
	Заучивание русской народной песни и танца
Март	Красная книга Самарской области
	Звери и птицы Самарской области
	Беседа «Жигулевский заповедник»
Апрель	Знакомство с русскими художниками (Васнецова, Шишкин и др.)
	Ознакомление с русским орнаментом
	Рисование русских орнаментов
Май	Знакомство с православными праздниками
	Знакомство с детской библией
	Лунный календарь
	Рисование пасхальных яиц.

**Тематическое планирование на 2022-2023 учебный год  
в Детском саду «Солнышко» с. Алексеевка**

Тема недели	Итоговое мероприятие
	<b>Сентябрь</b>

1.Детский сад у нас хорош! (Скоро в школу мы пойдем)	Праздник «День знаний»
2-3 Диагностика	
4.Урожай собирай и на зиму запасай	Выставка детских рисунков
<b>Октябрь</b>	
1.Загадки из сада	Выставка детского творчества
2. «Откуда хлеб на стол пришел?»	Развлечение с чаепитием «Хлеб всему голова»
3. В мире животных (о домашних животных и птицах)	Литературно-тематическое развлечение «В мире животных»
4. «В лесном царстве» (лес, грибы)	Физкультурный досуг «Путешествие в лес»
5. Осень золотая.	Праздник «Осенины на Руси»
<b>Ноябрь</b>	
1.Россия –Родина моя.	Музыкально-тематическое развлечение День народного единства»
2.Путешествие в Мир моды(одежда,обувь)	Выставка детского творчества
3.Народные умельцы	Выставка детского творчества
4.Что такое хорошо, что такое плохо?(этикет, поступки, права )	Праздник «День матери»
<b>Декабрь</b>	
1.В мире безопасности	КВН
2.Здравствуй Зимушка-Зима	Зимний спортивный праздник
3.Федорино горе(посуда)	Развлечение в музее старины «В гостях у бабушки Арины»
4.В стране Деда Мороза	Праздник Новогодней елки
<b>Январь</b>	
2-3 Диагностика (каникулы)	
4.Покормите птиц зимой(зимующие птицы)	Конкурс кормушек «Покормите птиц зимой»
5.Зимовье зверей(дикие животные)	Театрализованное представление по сказкам животных
<b>Февраль</b>	
1.Животные Севера и жарких стран	Выставка детского творчества(коллаж)

2. Кем быть?	Выставка детского рисунка «Кем быть?»
3.Хочу военным быть	Праздник «День Защитника Отечества»
4.В гостях у Светофора	Физкультурный досуг «Красный,желтый,зеленый»
<b>Март</b>	
1.Маму поздравляем	Праздник «Маминого сердца»
2.Край родной Алексеевский (обычаи и традиции)	Фольклорное развлечение «Весну встречаем-зиму провожаем»(масленица)
3.Берегите Землю (об экологии)	Конкурс чтецов «Наш дом-Земля»
4.Весна идёт! Весне дорогу!	Музыкальное развлечение «Веснянка в гостях у детей»
<b>Апрель</b>	
1.Вестники весны (о перелетных птицах)	Музыкально-тематическое развлечение «День птиц»
2.Путешествие к звездам	Выставка детского творчества «Хочу о звездах все узнать и космонавтом стать»
3.Если хочешь быть здоров	Физкультурный досуг «День Здоровья»
4.Как рождается книга	Презентация «Моя любимая книга»
<b>Май</b>	
1 неделя День Победы	Праздник
2-3 Диагностика	Дискотека
4.Здравствуй лето-до свиданья детский сад.	Праздник «Проводы в школу»

### 3. Организационный раздел:

**Расписание непосредственно образовательной деятельности (НОД)**

**на 2022-2023 уч.год**

**(Подготовительная группа)**

<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>
1.Изобразительная деятельность(Рисование) - 9.00-9.30 2.Познавательно-исследовательская деятельность(Предм.окр.явл.общ. жизни) - 9.40-10.10 3.Двигательная деятельность(занятие по физическому развитию) ( на возд.)-10.20-10.50
<b>ВТОРНИК</b>

1.Познавательная-исследовательская деятельность(Форм..элем.матем.пр.) 9.00-9.30 2.Познавательная-исследовательская деятельность(Прир.окр. экол.восп.)- 9.40-10.10 2. Музыкальная деятельность – 10.20-10.50
<b>СРЕДА</b>
1.Коммуникативная деятельность(подг-вка к обуч . грам. ) - 9.00-9.30 2.Конструирование(Конст-е /худож..труд) - 9.40-10.10 3. Двигательная деятельность(занятие по физическому развитию) - 15.10-15.40
<b>ЧЕТВЕРГ</b>
1.Познавательная-исследовательская деятельность(Форм..элем.матем пр.)- 9.00-9.30 2. Продуктивная деятельность(Рисование)-9.40-10.10 3. Музыкальная деятельность - 10.20-10.50
<b>ПЯТНИЦА</b>
1.Изобразительная деятельность(Лепка / аппликация) - 9.00-9.30 2. Восприятие худ.лит. и фольклора 9.40-10.10 3. Двигательная деятельность(занятие по физическому развитию) - 10.20-10.50

**Режим дня на холодный период года (сентябрь-май)  
Детского сада «Солнышко» с.Алексеевка м.р.Алексеевский  
2022-2023уч.год  
(Подготовительная группа)**

<b>Режимные процессы</b>	<b>6-7 лет</b>
Приём детей в группе, осмотр детей, индивидуальные и подгрупповые игры, самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика	7.00-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	<b>8.30-9.00</b>
НОД	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
Второй сон	
Игровая деятельность	
Второй завтрак(в соответствии графиком питания)	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей	11.00 -11.45
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры. Подготовка к обеду	11.45-12.00
Обед	<b>12.25</b>
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.30-15.00
Подъём, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна	15.00-15.15
НОД во вторую половину дня	



Подготовка к полднику Уплотнённый полдник (с включением блюд ужина)	<b>15.30-16.00</b>
Совместная и самостоятельная деятельность, индивидуальные и подгрупповые игры (закрепление материала по заданию логопеда(индивидуально))	16.00-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.45-19.00

**Режим дня на тёплый период года (июль - август)  
Детского сада «Солнышко» с.Алексеевка м.р.Алексеевский  
2022-2023уч.год  
(Подготовительная группа)**

<b>Режимные процессы</b>	<b>6-7 лет</b>
Приём детей в группы, индивидуальные и подгрупповые игры, самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика <b>на свежем воздухе</b>	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	<b>8.30-9.00</b>
Игры. Физкультурно-оздоровительная, познавательная, музыкальная деятельность	9.00-10.30
Второй завтрак(в соответствии с графиком питания)	10.30-11.00
Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей	11.00-12.00
Возвращение с прогулки Подготовка к обеду. Обед	<b>12.00-12.25</b>
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.30-15.00
Подъём, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна	15.00-15.25
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник (с включением блюд ужина)	<b>15.30-16.00</b>
Совместная и самостоятельная деятельность, индивидуальные и подгрупповые игры Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой	16.00-19.00

**Комплексы утренней гимнастики  
для детей подготовительной группы**

Сентябрь  
Комплекс №1

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

II. Упражнения без предметов

- «Поклонись головой».И. П.: ноги вместе, руки на поясе. 1- наклон головы вперед, 2- и. п., . 3- наклон назад, 4-и. п.
- «Рывки руками» И. П.: ноги на ширине плеч, руки перед грудью, согнуты в локтях 1- рывок руками перед грудью, 2- поворот вправо, прямые руки развести в стороны, то же влево.
- «Повороты» И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе 1- поворот вправо, прав.руку за спину, левую – на прав. плечо, 2- и. п., то же в левую сторону.
- «Наклоны – скручивания» И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе

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

- «Стойкий оловянный солдатик» И. П.: стоя на коленях, руки прижаты к туловищу . 1- отклониться назад, задержаться, 2- и. п.

- «Прыжки» И. П.: ноги вместе, руки на пояс . 1-8 прыжки на двух ногах на месте

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

#### Комплекс № 2

I. Игровое упражнение «Быстро в колонну!» Построение в три колонны, перед каждой ориентир (кубик или кегля) своего цвета. По сигналу все играющие разбегаются в разные стороны площадки (зала), через 20-25 секунд воспитатель произносит: «Быстро в колонну!» и, каждый должен занять своё место в колонне. Выигрывает та колонна, которая быстро и правильно построилась (2-3 раза).

II. Упражнения с малым мячом

- «Мяч вверх».И. П.: основная стойка, мяч в левой руке.1- 2 – руки через стороны вверх, переложить мяч в правую руку;3- 4 – руки вниз в и. п. То же, перекладывая мяч из правой руки в левую.

- «Наклон вперед».И. П.: стойка ноги на ширине плеч, мяч в левой руке. 1 – руки в стороны; 2 – наклониться вперед-вниз, переложить мяч в правую руку; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п. То же, перекладывая мяч из правой руки в левую.

- «Приседания»

И. П.: основная стойка, мяч в правой руке внизу..1– руки в стороны; 2 – присесть, мяч переложить в левую руку; 3 – встать, руки в стороны; 4 – вернуться в и.п.. То же, мяч в левой руке.

- «Прокати мяч» .И. П.: стойка на коленях, мяч в правой руке..1– 8 – прокатить мяч вправо (влево), поворачиваясь и следя за мячом. То же, мяч в левой руке.

- «Достань мяч» .И. П.: лёжа на спине, мяч в обеих руках за головой. 1– 2 – поднять правую прямую ногу, коснуться мячом носка ноги; 3 – 4 – опустить ногу. То же другой ногой.

III. Игра «Совушка».

#### Октябрь

##### Комплекс №3

I. Построение в шеренгу, колонну, проверка осанки; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, с поворотом в обе стороны по сигналу воспитателя.

II. Упражнения без предметов

- «Руки вверх» И. П.: основная стойка, руки вдоль туловища 1- шаг вправо, руки в стороны; 2- руки вверх, 3- руки в стороны,

4- и. п. То же влево.

- «Поворот в сторону» И. П.: стойка ноги врозь, руки на поясе.

1- поворот вправо (влево), отвести правую (левую) руку вправо (влево); 2- вернуться в и. п.

- «Наклон вперед» И. П.: стойка ноги на ширине плеч, руки внизу .

1- руки в стороны; 2- наклониться вперед, коснуться пальцами рук носка правой ноги; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п.То же, но коснуться носка левой ноги.

- «Ноги вверх» И. П.: сидя на полу, руки в упоре сзади.

1 - поднять прямые ноги вверх-вперед (угол); 2 - и.п.Плечи не проваливать.

- «Прыжки» И.П.: ноги вместе, руки на поясе . 1 – ноги врозь, руки в стороны, 2 – и.п. На счет 1-8. Пауза.

Повтор.

III. Перестроение в колонну по одному, ходьба, проверка осанки.

##### Комплекс №4

I. Построение в шеренгу, колонну, проверка осанки; ходьба со сменой ведущего по сигналу, подскоки, легкий бег, ходьба.

II. Упражнения с веревочкой

- «Веребочку вверх» И. П.: ноги на ширине плеч, веревочка внизу 1- веревочку вперед, 2 - вверх, 3- вперед, 4 - и. п.

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

- «Повороты» И. П.: стоя, ноги на ширине плеч, веревочку вперед 1- поворот вправо, 2 - и. п., то же в другую сторону

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

- «Полуприседания» И. П.: пятки вместе, носки врозь, веревочка внизу 1- присесть, веревочка вперед, 2 - и. п.

- «Прыжки» И. П.: ноги вместе, веревочка внизу.Прыжки – ноги врозь, веревочка вверх, ноги вместе, веревочка вниз.

III. Перестроение в колонну по одному, ходьба, проверка осанки.

#### Ноябрь

#### Комплекс №5

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

II. Упражнения без предметов

- «Руки к плечам» И. П.: основная стойка, руки согнуты к плечам 1- 4 – круговые движения руками вперёд . 5 – 8 - то же назад.
- «Наклоны в стороны» И. П.: стойка ноги врозь, руки за головой. 1- шаг вправо; 2- наклониться вправо; 3 – выпрямиться; 4 – и.п. То же влево.
- «Наклоны». И. П.: стойка ноги врозь, руки на поясе. 1- руки в стороны.2- наклониться к правой ноге, хлопнуть в ладоши за коленом. 3 – выпрямиться, руки в стороны.4 – и.п. То же к левой ноге.
- «Хлопок в ладоши под коленом». И. П.: лёжа на спине, руки прямые за головой . 1- 2- поднять правую прямую ногу вперёд-вверх, хлопнуть в ладоши под коленом правой (левой) ноги; 3 - 4 – и.п.
- «Прыжки». И. П.: основная стойка, руки в стороны. 1- прыжком ноги врозь, хлопок над головой; 2 - и.п. На счёт 1-8, повторить 2-3 раза.

III. Перестроение в колонну по одному, ходьба за ведущим, проверка осанки

#### Комплекс №6

I. Построение в шеренгу, колонну, проверка осанки; ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде воспитателя: «Бабочки!» остановиться и помахать руками, как крылышками; на сигнал: «Лягушки!» остановиться и присесть, руки положить на колени.

II. Упражнения на гимнастической скамейке.

- «Руки в стороны». И. П.: - сидя верхом на скамейке, руки на поясе 1– руки в стороны; 2 – руки за голову . 3 – руки в стороны; 4 – и.п.
- «Наклоны». И.П. – сидя на скамейке верхом, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вправо (влево), коснуться пола; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п.
- «Повороты». И.П. – сидя на скамейке верхом, руки за головой; 1 – поворот вправо, руку в сторону; 2 - вернуться в и.п. То же влево.
- «Шаг на скамейку». И.П. – стоя лицом к скамейке, руки вдоль туловища. 1–шаг правой ногой на скамейку; 2 – шаг левой ногой на скамейку; 3 – шаг правой ногой со скамейки; 4 – то же левой. Повернуться кругом, лицом к скамейке и повт.упр. (8)
- «Ноги вверх» И.П. – лёжа перпендикулярно к скамейке, ноги прямые, хват руками за края скамейки; 1 – 2 поднять прямые ноги вверх-вперёд; 3-4 и.п.
- «Прыжки».И.П. – стоя боком к скамейке, руки произвольно. Прыжки на двух ногах; на правой, затем на левой ноге вокруг скамейки.

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

#### Декабрь

#### Комплекс №7

I. Построение в шеренгу, проверка осанки, построение в колонну; легкий бег, подскоки, ходьба на носках, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы

II. Упражнения «Цапля»

- «Цапля машет крыльями» И. П.: ноги вместе, руки внизу 1- поднять прямые руки в стороны, сделать несколько волнообразных движений, 2- и. п.
- «Цапля достает лягушку из болота» И. П.: ноги на ширине плеч, левая рука на поясе, правая внизу. 1- наклониться вправо, дотронуться правой рукой до носка ноги, 2- и. п., то же с левой рукой
- «Цапля стоит на одной ноге» И. П.: ноги на ширине ступни, руки на поясе. 1- поднять согнутую в колене правую ногу, руки в стороны, 2- и. п., то же с левой ногой
- «Цапля глотает лягушку» И. П.: сидя на коленях, руки внизу 1- подняться на коленях, руки вверх, хлопнуть в ладоши. 2- и. п.
- «Цапля стоит в камышах» И. П.: ноги вместе, руки на поясе. 1- наклон вправо (влево), 2- и. п.
- «Цапля прыгает» И. П.: ноги на ширине ступни, руки на поясе  
1-8 - прыжки на правой - левой ноге попеременно

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

#### Комплекс № 8

I. Построение в шеренгу, проверка осанки, построение в колонну; ходьба в колонне по одному с изменением темпа движения: на быстрые удары в бубен – ходьба мелким, семенящим шагом, на медленные удары – широко свободным шагом; ходьба и бег врассыпную.

II. Упражнения в парах

- «Руки вверх».И. П.: основная стойка, повернувшись лицом друг к другу, держась за руки. 1 – руки в стороны; 2 – руки вверх; 3 – руки в стороны; 4 и.п.
- «Приседания».И. П.: основная стойка, повернувшись лицом друг к другу, держась за руки. . 1- 2 – поочерёдное приседание, не отпуская рук партнёра; 3 – 4 – вернуться в и. п.

- «Повороты».И. П.: стоя лицом друг к другу, ноги на ширине плеч, руки скрестить.1 – поворот туловища вправо (влево); 2 - и. п.
  - «Посмотри друг на друга» И. П.: лёжа на спине, ногами друг к другу, зажимая стопами ноги партнёра (нога одного ребёнка между ног другого), руки за головой согнуты. 1 – 2 – поочередно подниматься в положение сидя; 3 – 4 - и. п.
  - «Выпад в сторону» И. П.: основная стойка, повернувшись лицом друг к другу, руки вдоль туловища, держась за руки. 1 – выпад вправо, руки в стороны; 2 - и. п. То же влево.
- III. Перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений для рук по команде воспитателя.

Январь

Комплекс №9

I. Построение в шеренгу, проверка осанки, построение в колонну; ходьба на пятках, руки за головой, боковой галоп с правой и левой ноги

II. Упражнения «Портные»

- «Ножницы» И. П.: ноги на ширине ступни, руки в стороны  
1- скрестить прямые руки впереди, 2- и. п.
  - «Челнок» И. П.: ноги на ширине плеч, руки внизу 1- наклон вправо, 2- и. п., 3- наклон влево, 4- и. п.
  - «Швейная машина работает» И. П.: ноги вместе, руки сзади сцеплены в замок 1- поднять правое колено, 2- и. п. 3- поднять левое колено 4- и. п.
  - «Тянуть резину» И. П.: ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях перед грудью, кисти сжаты 1- отвести с силой локти назад, 2- и. п.
  - «Колесо машины крутится» И. П.: ноги на ширине плеч, руки внизу 1- 8 круговые вращения прямыми руками (п.–вперед, левая– назад)
  - «Иголка шьёт – прыгает» И. П.: ноги вместе, руки внизу. На счет 1-8 прыжки на месте. Пауза. Повтор.
- III. Перестроение в колонну по одному, ходьба, легкий бег по диагонали, ходьба, проверка осанки.

Комплекс №10

I. Построение в шеренгу, проверка осанки, построение в колонну; ходьба и бег в колонне по одному м/кубиками (8-10 шт), поставленными в одну линию; ходьба и бег врассыпную.

II. Упражнения с кубиком

- «Кубик вверх».И. П.: стойка ноги врозь, кубик в правой руке внизу . 1 – 2 – руки ч/стороны вверх, переложить кубик в левую руку; 3 – 4 – опустить руки через стороны. То же левой рукой.
  - «Наклоны вперёд» И. П.: стойка ноги врозь, кубик в правой руке. 1 – руки в стороны; 2 – наклониться вперёд, положить кубик на пол; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – наклониться вперёд, взять кубик левой рукой. То же левой рукой.
  - «Повороты» И. П.: стойка на коленях, кубик в правой руке. 1 – поворот вправо, поставить кубик у пятки правой ноги; 2- выпрямиться, руки на пояс; 3 – поворот вправо, взять кубик правой рукой, вернуться в и.п., переложить кубик в левую руку. То же влево.
  - «Приседания».И. П.: основная стойка, кубик в обеих руках внизу 1 – присесть, кубик вперёд, руки прямые; 2 – вернуться в и.п.
  - «Прыжки» И. П.: основная стойка перед кубиком, руки произвольно. Прыжки на правой и левой ноге (на счет 1-8) вокруг кубика в обе стороны в чередовании с небольшой паузой. Повтор.
  - «Покажи кубик». И. П.: стойка ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. 1 – руки вперёд, переложить кубик в лев.руку; 2 – руки назад, переложить кубик в правую руку; 3 – руки вперёд; 4 – опустить руки в и.п.
- III. Перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному с кубиком в поднятой руке.

Февраль

Комплекс №11

I. Игра «Фигуры». Дети строятся по кругу перед верёвкой лицом в круг.

II. Упражнения с верёвкой

- «Носу на носок» И. П.: основная стойка лицом в круг, верёвка в обеих руках внизу хватом на ширине плеч. 1- верёвку вверх, оставить правую (левую) ногу назад на носок; 2 – и.п.
- «Наклон вперёд» И. П.: основная стойка лицом в круг, верёвка в обеих руках хватом сверху. 1- верёвку вверх; 2 – наклон-ся, положить верёвку у носков ног; 3 – верёвку вверх; 4 – и.п.
- «Повороты».И. П.: стойка на коленях, спиной к верёвке, руки на пояс 1- поворот вправо (влево), коснуться рукой верёвки; 2 – вернуться в и.п.
- «Подними ноги».И. П.: сидя лицом в круг, ноги согнуты в коленях, руки в упоре сзади. 1- поднять прямые ноги (угол); 2- поставить ноги в круг; 3 – поднять ноги; 4 – и.п.
- «Достань верёвку».И. П.: лёжа на животе лицом в круг, ноги прямые, руки согнуты в локтях, хват за верёвку.
- «Прыжки». И. П.: стоя перед верёвкой, руки свободно вдоль туловища. Прыжки в круг, поворот кругом и прыжок из круга, и так несколько раз подряд.

### III. Игра малой подвижности «Хоровод».

#### Комплекс №12

I. Построение в шеренгу, проверка осанки, построение в колонну; ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя перестроение в колонну по два; ходьба в колонне по два, перестроение в колонну по одному.

#### II. Упражнения в парах

- «Руки вверх». И. П.: осн стойка лицом друг к другу, руки сцеплены в замок. 1-2 – руки через стороны вверх; 3 – 4 – вернуться в и.п.
- «Наклоны в стороны». И. П.: стойка ноги на ширине плеч, руки внизу сцеплены; 1 – наклониться вправо, правые руки остаются внизу, левые вверх; 2 – и. п.
- «Ласточка». И. П.: стоя лицом друг к другу, руки соединены. 1 – 2 – поочередно поднимать ногу – ласточка, 3 – 4 – и.п.
- «Приседания». И. П.: основная стойка лицом друг к другу, держась за руки. 1 – 2 – присесть, колени развести в стороны; 3 – 4 – и. п.
- «Прыжки». И. П.: основная стойка, руки на поясе. Прыжки на двух ногах (правая вперёд, левая назад – попеременно в чередовании с ходьбой). Выполняется на счет 1-8; повторить 2-3 раза.

III. Игра «Летает – не летает».

#### Март

#### Комплекс №13

I. Игра «Пауки и мухи». В одном из углов зала очерчивается кружком паутина, где живёт паук (ребёнок). Все дети изображают мух. По сигналу воспитателя мухи разбегаются по всему залу, летают, жужжат. Паук в это время находится в паутине. По сигналу воспитателя: «Паук!» мухи замирают, останавливаются в том месте, где их застал сигнал. Паук выходит и смотрит. Того, кто пошевелился, паук отводит в свою паутину. После 2-3 повторений подсчитывается количество проигравших.

#### II. Упражнения с короткой скакалкой

- «Скакалку на плечи». И. П.: стойка ноги врозь, скакалка, сложенная вдвое, внизу. 1-скакалку вверх; 2 – опустить скакалку за голову, на плечи; 3 – скакалку вверх; 4 – и.п.
- «Наклоны в стороны». И. П.: стойка ноги врозь, скакалка внизу. 1- скакалку вверх; 2- наклониться вправо; 3 – выпрямиться; 4 – и.п.
- «Наклоны вперёд». И. П.: стойка ноги врозь, скакалка внизу. 1- скакалку вверх; 2- наклон вперёд, коснуться пола; 3 – выпрямиться, скакалку вверх; 4 – и. п.
- «Ногу вверх». И. П.: лёжа на спине, скакалка зацеплена за ступни ног, руки прямые. 1- 2 –поднять прямые ноги, натягивая скакалку, сделать угол; 3 –4 - и. п.
- «Прогни спинку». И. П.: лёжа на животе, скакалка в согнутых руках перед собой. 1- прогнуться, скакалку вверх; 2- вернуться в и. п.
- «Прыжки». Прыжки на двух ногах на месте через короткую скакалку. Выполняется серией из 10-15 прыжков, затем пауза и повторить прыжки.

III. Ходьба в колонне по одному.

#### Комплекс №14

I. Ходьба и бег в колонне по одному; бег враспынную. По сигналу воспитателя построение в колонну по одному в движении – найти своё место в колонне.

#### II. Упражнения с обручем

- «Обруч вверх». И.П.: основная стойка, обруч внизу. 1- обруч вверх, правую ногу в сторону на носок; 2 – вернуться в и.п.; 3 – 4 – то же левой ногой.
- «Приседания». И. П.: осн стойка, обруч в правой руке, хват сверху. 1- присесть, обруч в сторону; 2 –и.п., взять обруч в л. руку. То же влево.
- «Повороты». И. П.: стойка ноги на шир. плеч, обруч в согнутых руках у груди. 1- поворот туловища вправо, руки прямые; 2 – и. То же влево.
- «Обруч на колени». И. П.: лёжа на спине, обруч в прямых руках за головой. 1- 2- согнуть ноги в коленях и поставить на них обруч; 3 – 4 – и.п.
- «Прыжки». И. П.: стоя перед обручем, руки вдоль туловища. Прыжок на двух ногах в обруч, из обруча; поворот кругом, повторить прыжки. Выполняется под счёт воспитателя в среднем темпе несколько раз подряд.

III. Игра «Летает – не летает».

#### Апрель

#### Комплекс №15

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

#### II. Упражнения с малым мячом

- «Мяч в сторону» И. П.: осн стойка, мяч в п руке. 1- руки в стороны; 2 – руки вниз, переложить мяч в л руку; 3 – руки в стороны; 4 – и.п.
  - «Повороты» И. П.: стойка ноги врозь, мяч в п руке. 1- 2 – поворот вправо, ударить мяч о пол и поймать его; 3 – 4 – то же влево.
  - «Приседания». И. П.: стойка ноги слегка расставлены, мяч в правой руке. 1- присесть, ударить мячом о пол; 2– и.п.
  - «Наклоны вперёд» И. П.: сидя ноги врозь, мяч в п руке. 1- мяч вверх; 2–наклон вперёд, к п ноге, коснуться носка; 3 – выпрямиться, мяч вверх; 4 – и.п.
  - «Ногу вверх» И. П.: сидя ноги врозь, мяч в правой руке. 1- 2 – поднять правую ногу вверх, переложить мяч в другую руку; 3 - 4– и.п.
- III. Ходьба в колонне по одному.

#### Комплекс №16

I. «Игра «По местам!». Дети встают в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук, перед каждым ребёнком на полу лежит кубик. По сигналу воспитателя дети разбегаются по всему залу. В это время воспитатель убирает один кубик. По сигналу: «По местам!» дети бегут к кубикам, занимая любое место. Оставшийся без места считается проигравшим. Игра повторяется и на третий раз воспитатель кладёт недостающий кубик.

#### II. Упражнения с гимнастической палкой

- «Палку вверх» И. П.: основная стойка палка внизу, хват сверху 1- палку вперёд, 2- вверх, посмотреть на нее, 3- вперёд, 4- и. п.
- «Наклоны» И. П.: стойка ноги врозь, палка на груди. 1- наклониться вперёд, положить палку на пол; 2- выпрямиться, руки на пояс; 3- наклон вперёд, взять палку; 4- и. п.
- «Приседания». И. П.: основная стойка палка внизу, хват сверху 1- 2 – присесть, палку вверх, 3 – 4- и. п.
- «Наклоны в сторону» И. П.: стоя на коленях, палка за головой. 1– палку вверх; 2 – наклон вправо; 3 – выпрямиться; 4 – и.п. То же влево.
- «Ногу вверх». И. П.: основная стойка с опорой обеих рук о палку. 1 – поднять правую ногу назад-вверх; 2 – и.п.; 3 - 4– лев. ногой.

III. Ходьба в колонне по одному с палкой, держать вертикально, как ружьё.

#### Май

#### Комплекс №17

I. Ходьба и бег змейкой между предметами, поставленными в одну линию.

#### II. Упражнения с мячом большого диаметра

- «Мяч вверх» И. П.: основная стойка, мяч внизу. 1- мяч вперёд, 2 – мяч вверх, 3 – мяч вперёд, 4 – и.п.
- «Наклоны» И. П.: ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках у груди. 1- наклониться вперёд к правой ноге; 2-3 - прокатить мяч от правой к левой ноге и обратно; 4- и. п.
- «Приседания». И. П.: основная стойка, мяч в согнутых руках у груди.. 1- 2 – присесть, мяч вперёд, руки прямые; 3 – 4 – верн. в и. п.
- «Прокати мяч». И. П.: стойка на коленях, мяч на полу. 1- 4 – катание мяча вправо, назад и, перехватывая левой рукой, возвращение в и. п.. То же с поворотом влево.
- «Поймай мяч». И. П.: стойка ноги врозь, мяч внизу. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками (10-12 раз подряд). Выполняется в индивидуальном темпе.

III. Игра «Удочка».

#### Комплекс №18

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

#### II. Упражнения без предметов

- «Поклонись головой» И. П.: ноги вместе, руки на поясе. 1- наклон головы вперед, 2- и. п., 3- наклон назад, 4-и. п.
- «Рывки руками» И. П.: ноги на ш. п., руки перед грудью, согнуты в локтях 1- рывок руками перед грудью, 2- поворот вправо, прямые руки развести в стороны. То же влево
- «Повороты» И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе 1- поворот вправо, п. руку за спину, л. – на п. плечо, 2- и. п. То же в л. сторону
- «Наклоны – скручивания» И. П.: ноги на ширине плеч, руки на поясе 1- наклон вправо, левая рука над головой тянется вправо, правая – за спиной тянется влево, 2- и. п. То же в л. сторону
- «Стойкий оловянный солдатик» И. П.: стоя на коленях, руки прижаты к туловищу 1- отклониться назад, задержаться, 2- и. п.
- «Прыжки» И. П.: ноги вместе, руки на поясе. 1-8 прыжки на двух ногах на месте

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

## Гимнастика после дневного сна

### 1-й комплекс

**И.п.:** лежа на спине, руки вдоль туловища. Согнуть колени, ноги подтянуть к груди, обхватить колени руками, вернуться в и.п.

**И.п.:** лежа на спине, руки в замок за голову, ноги согнуты в коленях. Наклон колен влево, в и.п., наклон колен вправо, в и.п.

**И.п.:** сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди, со звуком «ф-ф» — выдох, и.п., вдох (через нос).

**И.п.:** то же, одна рука на животе, другая на груди. Вдох через нос, втягивая живот; выдох через рот, надувая живот.

**И.п.:** стоя, ноги врозь, руки внизу. Хлопок в ладоши — выдох; развести ладони в стороны — вдох.

**И.п.:** о.с. Потягивания: достали до потолка, вернулись в и.п.

### Дыхательные упражнения.

**«Аист».** На вдохе поднять руки в стороны. Ногу, согнутую в колене, гордо вывести вперед, зафиксировать. На выдохе сделать шаг. Опустить ногу и руки, произнося «ш-ш-ш».

**Воздушные шары».** Выполнять в ходьбе по площадке. 1 — руки в стороны, вверх, вдох через нос, выполнить хлопок в ладоши («шар лопнул»); 2 — руки в стороны, вниз, произнося «с-с-с» или «ш-ш-ш» («шарик спустился»).

**«Ворона».** И.п.: о.с. Сделать вдох через нос, руки поднять через стороны вверх. Приседая, опустить руки на голову, произнося «кар-кар-кар».

**«Вот сосна высокая стоит и ветвями шевелит».** И.п.: о.с. 1 — вдох — руки в стороны; 2 — выдох — наклон туловища вправо; 3 — вдох — вернуться в и.п.; 4 — то же влево.

**Ежик».** И.п.: сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях и подтянуть их к груди. Выпрямить ноги («ф-ф-ф»).

### 2-й комплекс

**«Потягушки».** И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, потягивание, и.п.

**«Горка».** И.п.: сидя, ноги прямые, руки в упоре сзади, опираясь на кисти рук и пятки выпрямленных ног, поднять таз вверх, держать, вернуться в и.п.

**«Лодочка».** И.п.: лежа на животе, руки вверх, прогнуться (поднять верхнюю и нижнюю части туловища), держать, вернуться в и.п.

**«Волна».** И.п.: стоя на коленях, руки на поясе, сесть справа от пяток, руки влево, и.п., сесть слева от пяток, руки вправо, и.п.

**«Мячик».** И.п.: о.с, прыжки на двух ногах с подбрасыванием мяча перед собой.

**«Послушаем свое дыхание».** И.п.: о.с, мышцы туловища расслаблены. В полной тишине дети прислушиваются к собственному дыханию и определяют, какая часть тела приходит в движение при вдохе и выдохе (живот, грудная клетка, плечи волнообразно), тихое дыхание или шумное.

### Дыхательные упражнения.

**«Каланча».** И.п.: стоя, руки в стороны (вдох), опуская руки, про износить «с-с-с».

**«Журавль».** И.п.: о.с. Сделать вдох, поднять правую ногу, согнутую слегка в колене, руки в стороны, вниз, произнести «ур-р-р». Выполнить то же левой ногой.

**«Заводные машинки».** И.п.: о.с. Руки в «замок» перед собой, (вдох), выполнять вращательные движения большими пальцами и произносить «ж-ж-ж».

**«Журавль».** И.п.: о.с. Сделать вдох, поднять правую ногу, согнутую слегка в колене, руки в стороны, вниз, произнести «ур-р-р». Выполнить то же левой ногой.

**«Здравствуй, солнышко!».** И.п.: ноги на ширине плеч, руки и спину. Медленно поднять руки вверх, скользя по туловищу, руки и сторону, голову поднять вверх (вдох), медленно вернуться в и.п.

## Октябрь

### **1-й комплекс «Прогулка в лес»**

«**Потягушки**». И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, потягивание.

«**В колыбельке подвесной летом житель спит лесной**» (**орех**). И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, вдох, сесть с прямыми ногами, руки к носкам, выдох, вдох, и.п.

«**Вот нагнулась елочка, зеленые иголки**». И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки внизу, вдох, выдох, наклон туловища вперед, вдох, и.п., выдох, наклон.

«**Вот сосна высокая стоит и ветвями шевелит**». И.п.: о.с, вдох, руки в стороны, выдох, наклон туловища вправо, вдох, выдох, наклон туловища влево.

«**Дети в беретках с ветки упали, беретки потеряли**» (**желуди**). И.п.: о.с, руки за голову, вдох — подняться на носки, выдох - присесть.

«**Стоит Алена, листва зелена, тонкий стан, белый сарафан**» (**береза**). И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища, вдох, руки через стороны вверх, подняться на носки, выдох, и.п.

### **Дыхательные упражнения.**

«**Гуси**». На вдохе наклон вперед: глядя вперед и вытягивая шею, произносить «ш-ш-ш».

«**Гуси-лебеди летят**». Ходьба, имитируя полет. На вдохе руки («крылья») поднимать, на выдохе опускать, произнося «г-у-у-у».

«**Вырасту большой**». И.п.: ноги вместе, руки вниз. Поднимаясь на носки, подтянуть руки вверх (вдох). Опускаясь на всю стопу, выдох «ух-х-х».

«**Дышим животом**». Руки на животе — вдох и выдох носом. Руки за спину — вдох и выдох носом.

«**Грибок**». И.п.: глубокий присед, руки обхватывают колени («грибок маленький»). Медленно выпрямиться, разводя руки в стороны, немного отвести голову назад (вдох) («грибок вырос»).

### **2-й комплекс «Дождик»**

**И.п.** Сидя, ноги скрестить по «турецки». Сверху пальцем правой руки показать траекторию ее движения, следить глазами. Капля первая упала - кап!

То же проделать другой рукой.

И вторая прибежала — кап!

**И.п.** то же. Посмотреть глазами вверх, не поднимая головы.

Мы на небо посмотрели,

Капельки «кап-кап» запели,

Намочились лица.

**И.п.** то же. Вытереть лицо руками, встать на ноги. Мы их вытирали.

**И.п.:** о.с. Показать руками, посмотреть вниз. Туфли, посмотрите, мокрыми стали.

**И.п.:** о.с. Поднять и опустить плечи. Плечами дружно поведем

И все капельки стряхнем.

**И.п.:** о.с. Бег на месте. Повторить 3-4 раза От дождя убежим.

**И.п.:** о.с. Приседания. Под кусточком посидим.

### **Дыхательные упражнения.**

«**Каша кипит**», или «**Варим кашу**». И.п.: о.с, одна рука на гру ди, другая на животе. Выполнить вдох через нос (втягивая живот), а выдох через рот, произнося «ш-ш-ш» или «ф-ф-ф» («каша кипит») и выпячивая живот.

«**Лотос**». И.п.: сидя по-турецки, плечи слегка отведены назад, голова приподнята, кисти рук лежат тыльной стороной ладони на коленях, указательные и большие пальцы сомкнуты в колечки. Вдох диафрагмой (плечи



не поднимаются), представить струю воздуха, пронизывающую до макушки по всему позвоночнику, медленный выдох ртом (можно выполнять с закрытыми глазами).

«**Луговые цветы**». В ходьбе по площадке (руки на пояс) выполнять повороты головы в правую (левую) сторону, одновременно выполняя два вдоха через нос. Выдох происходит между циклами поворота головы в ту или другую сторону.

## **Ноябрь**

### **1-й комплекс**

**И.п.:** лежа на спине, руки вдоль туловища, поднять руки вверх, потянуться, руки вперед, и.п.

**И.п.:** лежа на спине, руки вдоль туловища, носки потянуть на себя, и.п.

**И.п.:** сидя, ноги прямые, руки в упоре сзади, развести носки ног в стороны, и.п.

«**Пешеход**». И.п. то же, переступание пальчиками, сгибая колени, то же с выпрямлением ног.

«**Молоточки**». И.п.: сидя, согнув ноги, руки в упоре за спиной, пальчики на носках, удар левой пяткой об пол.

**И.п.:** о.с, руки на пояс, пережат с носков на пятки.

### **Дыхательные упражнения.**

#### **«Насос».**

Сделав вдох, резко наклониться на выдохе, скользя по ноге двумя руками, произнести

«с-с-с».

#### **«Обними плечи».**

**И.п.:** о.с, руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч кистями друг к другу. В момент короткого шумного вдоха носом бросаем руки навстречу друг другу, как бы обнимая себя за плечи.

#### **«Лиса», «Кошка», «Тигр на охоте».**

Ходьба по площадке, выставляя правую (левую) ногу вперед, две руки ладонками сложить на колено, прогибая спину. Выполнить два-четыре резких вдоха, голова приподнята («тигр ищет добычу», «кошка ищет мышку») и т.д.

#### **«Малый маятник», «Маятник».**

**И.п.:** ноги на ширине плеч, руки за спину. Наклоны туловища в стороны. При наклоне выдох, выпрямиться — вдох.

### **2-й комплекс**

**И.п.:** лежа на спине, руки вдоль туловища, поднять руки вверх, потянуться, и.п.

**И.п.:** сидя, ноги скрестно (поза лотоса), массаж больших пальцев ног, начиная от подушечки до основания.

**И.п.** то же, массаж пальцев рук - от ногтей до основания с надавливанием (внутреннее и внешнее).

**И.п.** то же, руки вперед, массаж-поглаживание рук - от пальцев до плеча.

**И.п.** то же, крепко зажмурить глаза на 5 сек., открыть, повторить 5-6 раз.

**И.п.:** о.с. ходьба на месте с высоким подниманием колена.

### **Дыхательные упражнения.**

#### **«Лыжнику».**

**И.п.:** стоя, слегка наклонившись вперед и присев, ноги как бы на ширине лыжни, правая рука впереди (кисть сжимает «лыжную палку»), левая рука далеко сзади, кисть раскрыта. Вдохнуть, плавно присесть, правую руку вниз, назад к бедру, мощный выдох, левая рука выносится вперед (вдох).

#### **«Паровоз» или «Поезд».**

Ходить, имитируя согнутыми руками движение колес паровоза, и произносить «чух-чух-чух».

### **«Мельница».**

Выполнить вдох и вращать прямыми руками, произнося «жр-р-р».

### **«Партизаны».**

**И.п.:** стоя, палка (ружье) в руках. Ходьба, высоко поднимая колени. На два шага — вдох, на четыре-шесть шагов выдох с произнесением слова «ти-ш-е-е».

### **Декабрь**

#### **1-й комплекс**

Кто спит в постели сладко?

Давно пора вставать.

Спешите на зарядку,

Мы вас не будем ждать!

Носом глубоко дышите,

**И.п.:** лежа на спине, руки вдоль туловища, напрячь тело, вдох, держать несколько секунд, расслабиться, выдох.

**И.п.:** лежа на спине, руки в стороны, пальцы сжаты в кулаки, скрестить руки перед собой, выдох, развести руки, в и.п., вдох.

**И.п.:** лежа на спине, руки в замок за голову, поднять прямую левую ногу, поднять прямую правую ногу, держать их вместе, и.п. (одновременно опустить).

**И.п.:** лежа на спине, руки в упоре на локти, прогнуться, приподнять грудную клетку вверх, голову держать прямо (3-5 сек.), вернуться в и.п.

**И.п.:** лежа на животе, руки за голову, прогнуться, руки к плечам, ноги лежат на полу, держать, и.п.

**И.п.:** лежа на животе, руки под подбородком, прогнуться, приняв упор на предплечья, шея вытянута - вдох, выдох.

#### **Дыхательные упражнения.**

##### **«Петушок».**

На вдохе подняться на носки, потянуть вперед гордо поднятую голову, руки поднять в стороны, отвести назад. На выдохе хлопать себя по бедрам («ку-ка-ре-ку»).

##### **«Повороты головы».**

**И.п.:** о.с. Повернуть голову вправо и сделать короткий шумный вдох справа. Затем сразу же (без остановки посередине) повернуть голову влево, шумно и коротко понюхать воздух слева. Справа — вдох, слева (вдох). Выдох уходит в промежутке между вдохами. Шею не напрягать, туловище и плечи не двигаются и не поворачиваются вслед за головой.

##### **«Погончики».**

**И.п.:** встать прямо, сжатые кулаки кисти рук прижаты к поясу. В момент короткого шумного вдоха носом с силой толкнуть кулаки к полу, как бы отжимаясь от него или сбрасывая с рук что-то. При этом во время толчка кулаки разжать. Плечи в момент вдоха напрячь, руки вытянуть в струну (тянутся к полу), пальцы рук широко растопырить. На выдохе вернуться в и.п.: кисти рук снова на пояс, пальцы сжаты в кулаки — выдох ушел.

##### **«Подуем на плечо».**

**И.п.:** о.с, смотреть прямо перед собой, руки на пояс. Выполнить вдох через нос и повернуть голову в правую сторону, выдох (губы трубочкой) — подуть на плечо. То же выполнить в левую сторону.

#### **2-й комплекс**

**И.п.:** лежа на спине, руки вдоль туловища, поднять правую ногу (прямую), и.п., поднять левую ногу (прямую), и.п.

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

**И. п.** лежа на спине, руки вверху, поворот туловища вправо, не отрывая ступни от пола, и.п., поворот туловища влево, и.п.

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

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

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

### **Дыхательные упражнения.**

#### **«Тихоход».**

Ходьба, высоко поднимая колени. На 2 шага — вдох, на 4—6 шагов — выдох. Выдыхая, произносить «ти-ш-ш-ше».

#### **«Трубач».**

Воображаемую трубу поднести к губам. Имитируя движения трубача, нажимать пальцами клавиши и произносить «ту-ту-ту».

#### **«Ушки».**

**И.п.:** о.с, смотреть прямо перед собой. Слегка наклонить голову вправо, правое ухо идет к правому плечу — короткий шумный вдох носом. Затем слегка наклонить голову влево, левое ухо идет к левому плечу — тоже вдох. Стоя ровно и смотря прямо перед собой, как бы мысленно кому-то говорите: «Ай-ай-ай! Как не стыдно!» Выдох уходит пассивно в промежутке между вдохами, но голова при этом посередине не останавливается.

#### **«Цветок распускается».**

**И.п.:** стоя, руки на затылке, локти сведены (нераскрывшийся бутон). Медленно подниматься на носки, потянуть руки вверх и в стороны — вдох («цветок раскрывается»), вернуться в и.п. (выдох).

#### **«Сердитый ежик».**

Наклониться как можно ниже, обхватить руками грудь, голову опустить, произнося звук рассерженного ежа «п-ф-ф-ф-р-р».

### **Январь**

#### **1-й комплекс**

**И.п.:** сидя, ноги скрестно. Смотреть вверх, не поднимая головы, и водить пальцем за пролетающим самолетом (сопровождение глазами). Пролетает самолет, С ним собрался я в полет.

**И.п.** то же. Отвести правую руку в сторону (следить взглядом), то же выполняется в левую сторону.

Правое крыло отвел,

Посмотрел.

Левое крыло отвел,

Поглядел.

**И.п.** то же. Выполнять вращательные движения перед *гозпит* и *сцс-*

Я мотор завожу

И внимательно гляжу.

**И.п.:** о.с. Встать на носочки и выполнять летательные движения.

Поднимаюсь ввысь,

Лечу.

Возвращаться не хочу.

**И.п.:** о.с, крепко зажмурить глаза на 5 сек., открыть (повторить 8-10 раз).

**И.п.:** о.с, быстро моргать глазами 1—2 мин.

## **Дыхательные упражнения.**

### **«Свеча».**

И.п.: о.с, руки сцеплены в «замок», большие пальцы подняты вверх («свеча горит»). Выполнить вдох через нос и подуть на большие пальцы, произносить «фу-фу-фу» («задуем свечу»).

### **«Снежинки».**

И.п.: о.с, руки согнуты в локтях, ладошками вверх («на ладошку упали снежинки»). Выполнить вдох через нос и подуть на ладошки, произнести «фу-фу-фу» (губы трубочкой) («снежинки полетели»).

### **«Регулировщик».**

И.п.: ноги на ширине плеч, одна рука поднята вверх, другая в сторону. Поменять положение рук резким движением, сделать вдох. Снова поменять положение рук — выдох.

### **«Рубка дров» или «Дровосек».**

Руки над головой сцеплены в «замок», ноги на ширине плеч (поднимая руки вверх, выполнить глубокий вдох через нос), на выдохе наклон туловища вперед с одновременным опусканием рук и произнесением «ух!».

### **«Плечики».**

И.п.: о.с, смотреть прямо перед собой. Слегка наклонить голову вправо, правое ухо идет к правому плечу — выполнить два коротких шумных вдоха носом. Затем слегка наклонить голову влево, левое ухо идет к левому плечу — тоже вдох («ушко с плечиком здороваются»).

## **2-й комплекс**

(по методике Э.С. Аветисова)

И.п.: сидя, ноги скрестно, крепко зажмурить глаза на 5 сек., открыть (повторить 8-10 раз).

И.п. то же, быстро моргать глазами 1—2 мин.

И.п. то же, массировать глаза через закрытые веки круговыми движениями указательных пальцев в течение 1 мин.

И.п. то же, тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхнее веко, через 1-2 сек. Снять пальцы с века, повторить 3-7 раз.

И.п. то же, отвести глаза вправо, влево.

И.п. то же, отвести глаза вверх, вниз.

## **Дыхательные упражнения.**

### **«Лыжник».**

И.п.: стоя, слегка наклонившись вперед и присев, ноги как бы на ширине лыжни, правая рука впереди (кисть сжимает «лыжную палку»), левая рука далеко сзади, кисть раскрыта. Вдохнуть, плавно присесть, правую руку вниз, назад к бедру, мощный выдох, левая рука выносится вперед (вдох).

### **«Насос».**

Сделав вдох, резко наклониться на выдохе, скользя по ноге двумя руками, произнести

«с-с-с».

### **«Обними плечи».**

И.п.: о.с, руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч кистями друг к другу. В момент короткого шумного вдоха носом бросаем руки навстречу друг другу, как бы обнимая себя за плечи.

### **«Повороты головы».**

И.п.: о.с. Повернуть голову вправо и сделать короткий шумный вдох справа. Затем сразу же (без остановки посередине) повернуть голову влево, шумно и коротко понюхать воздух слева. Справа — вдох, слева (вдох). Выдох уходит в промежутке между вдохами. Шею не напрягать, туловище и плечи не двигаются и не поворачиваются вслед за головой.

## **Февраль**

## **1-й комплекс «Уголек»**

**И.п.:** лежа на спине, руки вдоль туловища, поднять прямые ноги вверх, и.п.

**«Бревнышко».** И.п.: лежа на спине, руки вверху, пережат со спины на живот, пережат с живота на спину.

**«Лодочка».** И.п. лежа на животе, руки под подбородком, прогнуться, руки к плечам — вдох, и.п. - выдох.

**«Шлагбаум».** И.п.: лежа на животе, руки вдоль туловища, поднять правую ногу, и.п., поднять левую ногу, и.п.

**«Божья коровка».** И.п.: сидя на пятках, выпрямиться, потянуться вверх, сесть на пятки, наклон вперед, носом коснуться колен, руки отвести назад, и.п.

### **Ходьба на месте.**

### **Дыхательные упражнения.**

#### **«Здравствуй, солнышко!».**

**И.п.:** ноги на ширине плеч, руки и спину. Медленно поднять руки вверх, скользя по туловищу, руки и сторону, голову поднять вверх (вдох), медленно вернуться в и.п.

#### **«Свеча».**

**И.п.:** о.с, руки сцеплены в «замок», большие пальцы подняты вверх («свеча горит»). Выполнить вдох через нос и подуть на большие пальцы, произносить «фу-фу-фу» («задуем свечу»).

#### **«Снежинки».**

**И.п.:** о.с, руки согнуты в локтях, ладонками вверх («на ладонку упали снежинки»). Выполнить вдох через нос и подуть на ладонки, произнести «фу-фу-фу» (губы трубочкой) («снежинки полетели»).

#### **«Сердитый ежик».**

Наклониться как можно ниже, обхватить руками грудь, голову опустить, произнося звук рассерженного ежа «п-ф-ф-ф-р-р».

## **2-й комплекс**

### **«Глазки просыпаются».**

Глазки нужно открывать,

Чудо чтоб не прозевать.

**И. п.** - лежа на спине, руки вдоль туловища. **1-2** - зажмурить глаза; **3-4** - широко открыть глаза. Повторить 6 раз

### **«Ротик просыпается».**

Ротик мой просыпайся,

Чтоб пошире улыбаться.

**И. п.** - лежа на спине, руки вдоль туловища. **1-2** - открыть широко ротик; **3-4**-закрыть ротик и улыбнуться. Повторить 6 раз.

### **«Ручки просыпаются».**

Ручки кверху потянулись,

До солнышка дотянулись

**И. п.** - лежа на спине, руки вдоль туловища. **1-2** - поднять правую руку вверх; **3—4** - отвести правую руку вверх за голову. То же левой рукой. Повторить 6 раз.

### **«Ножки просыпанной».**

Будем ножки пробуждать,

Их в дорогу у собирать.

**И. п.** - лежа на спине, руки вверх. **1-2** - потянуть на себя правую ногу носком; **3-4** - и. п. То же левой ногой. Повторить 6 раз.

**«Вот мы и проснулись».**

К солнышку мы потянулись

И друг другу улыбнулись!

**И. п.** - встать около кровати на коврик. **1-4** - поднять руки вверх, встать на носочки и потянуться вверх.

**Дыхательные упражнения.**

**«Аист».**

На вдохе поднять руки в стороны. Ногу, согнутую в колене, гордо вывести вперед, зафиксировать. На выдохе сделать шаг. Опустить ногу и руки, произнося «ш-ш-ш».

**Воздушные шарь».**

Выполнять в ходьбе по площадке. 1 — руки в стороны, вверх, вдох через нос, выполнить хлопок в ладоши («шар лопнул»); 2 — руки в стороны, вниз, произнося «с-с-с» или «ш-ш-ш» («шарик спустился»).

**«Ворона».**

И.п.: о.с. Сделать вдох через нос, руки поднять через стороны вверх. Приседая, опустить руки на голову, произнося «кар-кар-кар».

**«Вот сосна высокая стоит и ветвями шевелит».**

И.п.: о.с. 1 — вдох — руки в стороны; 2 — выдох — наклон туловища вправо; 3 — вдох — вернуться в и.п.; 4 — то же влево.

**Ежик».**

И.п.: сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях и подтянуть их к груди. Выпрямить ноги («ф-ф-ф»).

**Март**

**1-й комплекс**

**1. «Потягушечки».**

Вот почти мы все проснулись

И в кроватке потянулись.

**И. п.** - лежа на спине, руки поднять вверх и опустить за головой, глаза закрыты. **1-2** - потянуться одновременно ногами и руками, растягивая

позвоночник; **3-4** - и. п. Повторить 6 раз

**2. «Проснулись».**

Вот проснулись ручки,

Вот проснулись ножки

И хотят скорей бежать

К маме по дорожке.

**И. п.** - лежа на спине, руки поднять вверх, за головой, глаза закрыты.

**1-4** - поочередно тянуть от себя правую и левую руку; **5-8** - правую и левую ногу (*носком, затем пяткой*). Повторить 6 раз.

**3. «Клубочек».**

Не хотим мы простывать,

Хоть и начали дрожать.

Мы совсем уже проснулись,

К солнышку мы потянулись.

**И. п.** - лежа на спине, руки вдоль туловища. **1-2** - свернуться в клубок, дрожать, изображая, что холодно; **3-4** - раскрыться, расслабиться и потянуться, показывая, что наступило тепло, улыбнуться. Повторить 6 раз.

#### **4. «Пальчики».**

Пальчики хотят проснуться,

Чтоб в водичку окунуться.

**И. п.** - сидя в постели, ноги скрестно. Растирать ладони до появления тепла.

#### **5. «Умоемся».**

А теперь лицо умоем,

Глазки широко раскроем.

**И. п.** - сидя в постели, ноги скрестно. **1-4** - «умыть» лицо теплыми руками. Повторить 2 раза.

Вот готовы мы вставать,

Бегать, прыгать и играть!

#### **Дыхательные упражнения.**

##### **«Тихоход».**

Ходьба, высоко поднимая колени. На 2 шага — вдох, на 4—6 шагов — выдох. Выдыхая, произносить «ти-ш-ш-ше».

##### **«Трубач».**

Воображаемую трубу поднести к губам. Имитируя движения трубача, нажимать пальцами клавиши и произносить «ту-ту-ту».

##### **«Ушки».**

**И.п.:** о.с, смотреть прямо перед собой. Слегка наклонить голову вправо, правое ухо идет к правому плечу — короткий шумный вдох носом. Затем слегка наклонить голову влево, левое ухо идет к левому плечу — тоже вдох. Стоя ровно и смотря прямо перед собой, как бы мысленно кому-то говорите: «Ай-ай-ай! Как не стыдно!» Выдох уходит пассивно в промежутке между вдохами, но голова при этом посередине не останавливается.

#### **2-й комплекс**

##### **1. «Глазки просыпаются».**

Слегка глазки растираем,

А потом сладко зеваем.

**И. п.** - лежа на спине, руки вдоль туловища. **1-4** - слегка погладить закрытые глаза; **5-8** - сделать расслабляющий звук зевоты. Повторить 4 раза.

##### **2. «Головка проснулась».**

Мы почти уже проснулись

И друг другу улыбнулись.

**И. п.** - лежа на спине, руки вдоль туловища.

**1-2** - поворот головы на подушке вправо; **3-4** - и. п.; **5-6** - поворот головы на подушке влево; **7-8** - и. п. При повороте головы улыбаться друг другу. Повторить 6 раз.

##### **3. «Ручки проснулись».**

Потянулись мы немножко.

Здравствуй, солнышко в окошке!

**И. п.** - лежа на спине, руки вдоль туловища. **1** - поднять правую руку вверх;

**2-3** - потянуть правую руку; **4** - опустить на постель правую руку. То же для левой руки. Повторить 6 раз.

#### **4. «Ножки проснулись».**

Хотим тоже потянуться

И совсем-совсем проснуться.

**И. п.** - то же. **1** - прямую правую ногу поднять вверх; **2-3** - потянуть правую ногу; **4** - опустить правую ногу на постель. То же для левой ноги. Повторить 6 раз.

#### **5. «Ножки совсем проснулись».**

Ножками мы поболтаем

И до трех мы посчитаем.

**И. п.** - лежа на животе с опорой на локти аккуратно поддерживать ладонями подбородок. **1-8** - поочередно сгибать и разгибать ноги в коленях. Повторить 4 раза.

Умываться мы идем,

Одеваться мы идем

-Очень дружные ребята!

Потом песенку споем.

Ля-ля-ля, ля-ля-ля!

Вот такие мы, друзья!

#### **Дыхательные упражнения.**

##### **«Цветок распускается».**

**И.п.:** стоя, руки на затылке, локти сведены (нераскрывшийся бутон). Медленно подниматься на носки, потянуть руки вверх и в стороны — вдох («цветок раскрывается»), вернуться в **и.п.** (выдох).

##### **«Сердитый ежик».**

Наклониться как можно ниже, обхватить руками грудь, голову опустить, произнося звук рассерженного ежа «п-ф-ф-ф-р-р».

##### **«Свеча».**

**И.п.:** о.с, руки сцеплены в «замок», большие пальцы подняты вверх («свеча горит»). Выполнить вдох через нос и подуть на большие пальцы, произносить «фу-фу-фу» («задуем свечу»).

### **Апрель**

#### **1-й комплекс**

##### **«Глазки просыпаются».**

Глазки нужно открывать,

Чудо чтоб не прозевать.

**И. п.** - лежа на спине, руки вдоль туловища. **1-2** - зажмурить глаза; **3-4** - широко открыть рот. Повторить 6 раз

##### **«Ротик просыпается».**

Ротик должен просыпаться,

Чтоб пошире улыбаться.

**И. п.** - лежа на спине, руки вдоль туловища. **1-2** - открыть широко ротик; **3-4** - закрыть ротик и улыбнуться. Повторить 6 раз

##### **«Ручки просыпаются»**

Ручки кверху потянулись,



До солнышка дотянулись

**И. п.** - лежа на спине, руки вдоль туловища. **1-2** - поднять правую руку вверх; **3—4** - отвести правую руку вверх за голову. То же левой рукой. Повторить 6 раз

**«Ножки просыпанной».**

Будем ножки пробуждать,

Их в дорогу у собирать.

**И. п.** - лежа на спине, руки вверх. **1-2** - потянуть на себя правую ногу носком; **3-4** - и. п. То же левой ногой. Повторить 6 раз.

**«Вот мы и проснулись».**

К солнышку мы потянулись

И друг другу улыбнулись!

**И. п.** - встать около кровати на коврик. **1-4** - поднять руки вверх, встать на носочки и потянуться вверх.

**Дыхательные упражнения.**

**«Тихоход».**

Ходьба, высоко поднимая колени. На 2 шага — вдох, на 4—6 шагов — выдох. Выдыхая, произносить «ти-ш-ш-ше».

**«Трубач».**

Воображаемую трубу поднести к губам. Имитируя движения трубача, нажимать пальцами клавиши и произносить «ту-ту-ту».

**«Ушки».**

**И.п.:** о.с, смотреть прямо перед собой. Слегка наклонить голову вправо, правое ухо идет к правому плечу — короткий шумный вдох носом. Затем слегка наклонить голову влево, левое ухо идет к левому плечу — тоже вдох. Стоя ровно и смотря прямо перед собой, как бы мысленно кому-то говорите: «Ай-ай-ай! Как не стыдно!» Выдох уходит пассивно в промежутке между вдохами, но голова при этом посередине не останавливается.

**«Цветок распускается».**

**И.п.:** стоя, руки на затылке, локти сведены (нераскрывшийся бутон). Медленно подниматься на носки, потянуть руки вверх и в стороны — вдох («цветок раскрывается»), вернуться в и.п. (выдох).

**2-й комплекс**

**«Потягушечки».**

Вот почти мы все проснулись

И в кроватке потянулись.

**И. п.** - лежа на спине, руки поднять вверх и опустить за головой, глаза закрыты. **1-2** - потянуться одновременно ногами и руками, растягивая позвоночник; **3-4** - и. п. Повторить 6 раз.

**«Проснулись».**

Вот проснулись ручки,

Вот проснулись ножки

И хотят скорей бежать

К маме по дорожке.

**И. п.** - лежа на спине, руки поднять вверх, за головой, глаза закрыты. **1-4** - поочередно тянуть от себя правую и левую руку; **5-8** - правую и левую ногу (*носком, затем пяткой*). 6 раз.

**«Клубочек».**

Не хотим мы простывать,

Хоть и начали дрожать.

Мы совсем уже проснулись,

К солнышку мы потянулись.

И. п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. 1-2 - свернуться в клубок, дрожать, изображая, что холодно; 3-4 - раскрыться, расслабиться и потянуться, показывая, что наступило тепло, улыбнуться. Повторить 6 раз.

#### **«Пальчики».**

Пальчики хотят проснуться,

Чтоб в водичку окунуться.

И. п. - сидя в постели, ноги скрестно. Растирать ладони до появления тепла.

#### **«Умоемся».**

А теперь лицо умоем,

Глазки широко раскроем.

И. п. - сидя в постели, ноги скрестно. 1-4 - «умыть» лицо теплыми руками. Повторить 2 раза.

Вот готовы мы вставать,

Бегать, прыгать и играть!

#### **Дыхательные упражнения.**

##### **«Гуси».**

На вдохе наклон вперед: глядя вперед и вытягивая шею, произносить «ш-ш-ш».

##### **«Гуси-лебеди летят».**

Ходьба, имитируя полет. На вдохе руки («крылья») поднимать, на выдохе опускать, произнося «г-у-у-у».

##### **Вырасту большой».**

И.п.: ноги вместе, руки вниз. Поднимаясь на носки, подтянуть руки вверх (вдох). Опускаясь на всю стопу, выдох «ух-х-х».

##### **«Дышим животом».**

Руки на животе — вдох и выдох носом. Руки за спину — вдох и выдох носом.

##### **«Грибок».**

И.п.: глубокий присед, руки обхватывают колени («грибок маленький»). Медленно выпрямиться, разводя руки в стороны, немного отвести голову назад (вдох) («грибок вырос»).

## **Май**

### **1-й комплекс «Жук»**

И.п.: сидя, ноги скрестно. Грозить пальцем.

В группу жук к нам залетел,

Зажужжал и запел: «Ж-ж-ж!»

Отвести руку вправо, проследить глазами за направлением руки, то же в другую сторону.

Вот он вправо полетел,

Каждый вправо посмотрел.

Вот он влево полетел,

Каждый влево посмотрел.

Указательным пальцем правой руки совершить движения к носу.

Жук на нос хочет сесть,

Не дадим ему присесть.

Направление рукой вниз сопровождают глазами.

Жук наш приземлился.

И.п.: стоя, ноги врозь. Делать вращательные движения руками («волчок») и встать.

Зажужжал и закружился

«Ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж».

Отвести руку в правую сторону, проследить глазами. То же в другую сторону.

Жук, вот правая ладошка,

Посиди на ней немножко,

Жук, вот левая ладошка,

Посиди на ней немножко.

1. Поднять руки вверх, посмотреть вверх.

Жук наверх полетел

И на потолок присел.

2.Подняться на носки, смотреть вверх

На носочки мы привстали,

Но жучка мы не достали.

3.Хлопать в ладоши.

Хлопнем дружно, Хлоп-хлоп-хлоп.

4.Имитировать полет жука.

Чтобы улететь не смог,

«Ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж».

Жук, вот правая ладошка,

Посиди на ней немножко,

Жук, вот левая ладошка,

Посиди на ней немножко.

5.Поднять руки вверх, посмотреть вверх.

Жук наверх полетел

И на потолок присел.

6.Подняться на носки, смотреть вверх

На носочки мы привстали,

Но жучка мы не достали.

7.Хлопать в ладоши.

Хлопнем дружно,

Хлоп-хлоп-хлоп.

8.Имитировать полет жука.

Чтобы улететь не смог,

«Ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж».

## **2-й комплекс**

### **«Глазки просыпаются».**

Слегка глазки растираем,

А потом сладко зеваем.  
И. п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. 1-4 - слегка погладить закрытые глаза; 5-8 - сделать расслабляющий звук зевоты. Повторить 4 раза.

### **«Головка проснулась».**

Мы почти уже проснулись

И друг другу улыбнулись.

И. п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. 1-2 - поворот головы на подушке вправо; 3-4 - и. п.; 5-6 - поворот головы на подушке влево; 7-8 - и. п. При повороте головы улыбаться друг другу. Повторить 6 раз,

### **«Ручки проснулись».**

Потянулись мы немножко.

Здравствуй, солнышко в окошке!

И. п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. 1 - поднять правую руку вверх; 2-3 - потянуть правую руку; 4 - опустить на постель правую руку. То же для левой руки. Повторить 6 раз.

### **«Ножки проснулись».**

Хотим тоже потянуться

и совсем-совсем проснуться.

И. п. - то же. 1 - прямую правую ногу поднять вверх; 2-3 - потянуть правую ногу; 4 - опустить правую ногу на постель. То же для левой ноги. Повторить 6 раз.

### **«Ножки совсем проснулись».**

Ножками мы поболтаем

И до трех мы посчитаем.

И. п. - лежа на животе с опорой на локти аккуратно поддерживать ладонями подбородок. 1-8 - поочередно сгибать и разгибать ноги в коленях. Повторить 4 раза.

Умываться мы идем,

Одеваться мы идем –

Очень дружные ребята!

Потом песенку споем.

Ля-ля-ля, ля-ля-ля!

Вот такие мы, друзья!

### **Дыхательные упражнения.**

#### **«Аист».**

На вдохе поднять руки в стороны. Ногу, согнутую в колене, гордо вывести вперед, зафиксировать. На выдохе сделать шаг. Опустить ногу и руки, произнося «ш-ш-ш».

#### **Воздушные шары».**

Выполнять в ходьбе по площадке. 1 — руки в стороны, вверх, вдох через нос, выполнить хлопок в ладоши («шар лопнул»); 2 — руки в стороны, вниз, произнося «с-с-с» или «ш-ш-ш» («шарик спустился»).

### «Ворона».

И.п.: о.с. Сделать вдох через нос, руки поднять через стороны вверх. Приседая, опустить руки на голову, произнося «кар-кар-кар».

### «Вот сосна высокая стоит и ветвями шевелит».

И.п.: о.с. 1 — вдох — руки в стороны; 2 — выдох — наклон туловища вправо; 3 — вдох — вернуться в и.п.; 4 — то же влево.

### Ежик».

И.п.: сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях и подтянуть их к груди. Выпрямить ноги («ф-ф-ф»).

### Система физкультурно-оздоровительной работы в подготовительной группе

1. Утренняя гимнастика (ежедневно в зале, на воздухе - летом) традиционный комплекс подвижные игры оздоровительные пробежки вокруг участка.
2. Двигательная разминка между занятиями (ежедневно) подвижные игровые упражнения игры на ориентировку в пространстве двигательное задание.
3. Физкультминутка (зависит от типа занятия) (ежедневно) упражнения для развития мелкой моторики имитационные упражнения общеразвивающие упражнения.
4. Подвижные игры и физические упражнения (ежедневно) подвижные игры спортивные упражнения двигательное задание с использованием полосы препятствий упражнения в основных видах движений элементы спортивных игр.
5. Индивидуальная работа с детьми по развитию движений (ежедневно) дифференцированные игры, подобранные с учетом двигательной активности ребенка упражнения на формирование осанки и стопы двигательное задание по усмотрению воспитателя.
6. Гимнастика после дневного сна в разных формах (ежедневно) разминка в постели, игровые упражнения, сюжетно-игровая гимнастика ходьба по массажным дорожкам, полоса препятствий.
7. Самостоятельная творческая деятельность детей на воздухе (ежедневно) под руководством воспитателя.
8. День здоровья – подвижные игры и физические упражнения, взаимодействие с родителями.
9. Занятия по физической культуре традиционное игровое, сюжетно-игровое тренировочное, по интересам детей комплексное, контрольно-проверочное тематическое

### Перспективное планирование по взаимодействию с родителями.

**Цель:** Сплочение родителей и педагогов дошкольного образовательного учреждения и создание единых уставов на формирование у дошкольников ценностных ориентиров.

Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьей – это создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимосвязанных отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания. Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, организация выставок детского творчества, приглашение родителей на детские концерты и праздники, создание памяток. Образование родителей проводится через лекции, семинары, мастер – классов, тренингов, создание библиотеки (медиаотеки). Совместная деятельность родителей к организации конкурсов, семейных праздников, прогулок, экскурсий, к участию в детской исследовательской и проектной деятельности.

Месяц	Название мероприятия
Сентябрь	Организационное родительское собрание: «Задачи воспитания ребенка 6 – 7 лет»
	Беседа с родителями: «Одежда детей в разные сезоны»

	Памятка для родителей: «Возрастные особенности детей подготовительного дошкольного возраста»
	Консультация для родителей: «Что должен уметь ребенок 6 – 7 лет»
	Консультация: «Закаливание»
Октябрь	Консультация: «Игра как средство воспитания дошкольников»
	Индивидуальная беседа с родителями о необходимости проводить вакцинацию против гриппа и ОРВИ.
	Ярмарка: «Разноцветная осень»
Ноябрь	Консультация: «Подвижная игра как средство, духовного здоровья и гармонии личности».
	Индивидуальные беседы с родителями: «Спортивная обувь, форма для занятий физкультурой».
	Выставка детских рисунков ко Дню Матери: «Мамочка – наше солнышко»
	Памятка для родителей: «Как помочь птицам зимой».
Декабрь	Оформление родительского уголка на зимнюю тему: «Здравствуй, гостя Зима!»
	Подготовка к Новомуднему празднику.
	Подготовка подарков на новый год.
	Памятка для родителей: «Как отвечать на детские вопросы»
Январь	Консультация: «Самостоятельность ребенка. Трудовое поручение».
	Индивидуальные беседы: «Закаливание одна из форм профилактики простудных заболеваний детей»
Февраль	Выставка детских рисунков: «Мой папа»
	Праздник, посвященный к 23 февраля
	Консультация для родителей: «Праздник, традиции и быт нашего народа»
	Подготовка к празднику Масленица
	Экскурсия в библиотеку
Март	Оформление родительского уголка: «Весна – Красна снова в гости к нам пришла»
	Тематическая выставка детских работ: «Цветы для мамы»
	Подготовка к празднику 8 марта
	Праздник: «Нашим любимым мамочкам скажем добрые слова»
Апрель	Педагогическая гостиная: «Взаимоотношения детей между собой в семье»
	Тематическая выставка детских рисунков: «День космонавтики»
	Родительское собрание: «Скоро в школу»
	Экскурсия в школу № 2
	Консультация: «Азбука дорожного движения»
Май	Тематическая консультация: «Кризис 7 лет»

	Папка – передвижка для родителей ко Дню Победы
	Подготовка к Выпускному вечеру
	Выпускной вечер: «До свидания, Детский сад!»

### Список литературы:

1. Голицына Н.С. Комплексно – тематическое планирование образовательной деятельности в детском саду. Подготовительная к школе группа. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2012 – 48 с.
2. Дыбина О.В. Ознакомление с предметным и социальным окружением. Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016.
3. Дыбина О.В. Занятия по ознакомлению с окружающим миром в подготовительной группе детского сада. Конспекты занятий. – М.: Мозаика – Синтез, 2006 – 2010.
4. Комарова Т.С. Занятия по изобразительной деятельности в детском саду. – М.: Просвещение, 1981 – 192 с.
5. Куцакова Л.В. Конструирование и ручной труд в детском саду. – М.: Просвещение, 1990 – 158 с.
6. Гербова В.В. Занятие по развитию речи с детьми 4 – 6 лет. – М.: Просвещение, 1998.
7. Ельцова О.М. Подготовка старших дошкольников к обучению грамоте. – Волгоград: Учитель, 2009.
8. Усачева А.А. Основы безопасности жизнедеятельности. – М.: АСТ, 2008
9. Губанова Н.Ф. Игровая деятельность в детском саду: Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика – Синтез, 2008
10. Куцакова Л.В. Нравственно – трудовое воспитание дошкольника. М.: «Мозаика – Синтез», 2004
11. Степанова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. – М.: Мозаика – Синтез, 2009
12. Книга для чтения в детском саду и дома 5 – 7 лет: Пособие для воспитателей детских садов и родителей/ Составитель Гербова В. В. и др. – М.: Издательство «Оникс», 2010
13. Соломенникова О.А. Экологическое воспитание в детском саду. Методическое пособие. – М.: Мозаика – Синтез, 2005 – 2010

