

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Ваничкина Ивана Дмитриевича «Образовательный центр» с.Алексеевка муниципального района Алексеевский Самарской области структурное подразделение, реализующее общеобразовательные программы дошкольного образования (место нахождения: 446640 Самарская область, муниципальный район Алексеевский, с.Алексеевка ул. Советская, 39)

«Принята»  
на заседании Педагогического Совета  
Протокол № 1 от 30.08.2021г.



«Утверждена»  
Директор ГБОУ СОШ с.Алексеевка  
Чередникова Е.А.  
Приказ № 235 от «31»августа 2021 г.

### Рабочая программа

#### средней группы «Солнышко»

дошкольной образовательной организации структурного подразделения государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы «Образовательный центр» имени Героя Советского Союза Ваничкина Ивана Дмитриевича с. Алексеевка муниципального района Алексеевский Самарской области - детского сада «Солнышко», 2021 – 2022учебный год.

Разработана воспитателями группы:

Гомолиной Еленой Николаевной

Черкашиной Валентиной Владимировной

Алексеевка 2021г.

## 1 раздел

### 1.1 Пояснительная записка:

Настоящая рабочая программа обеспечивает разностороннее развитие детей среднего дошкольного возраста от 4 года до 5 лет.

При разработке рабочей программы учитывались следующие нормативные документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г., № 30384).
- Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки РФ от 28.02.2014 № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
- Основная общеобразовательная программа СП ДС «Солнышко» ГБОУ СОШ с. Алексеевка.
- Положение о структурном подразделении.

Рабочая программа разработана с учетом обновления содержания по программам дошкольного образования:

#### **Основная программа дошкольного образования:**

Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (название)

**Дополнительные (парциальные) программы:** при наличии.

Программа составлена с учетом комплексной связи образовательных областей и реализуется в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкальной и двигательной.

#### **1.1.1. Пояснительная записка.**

Основная образовательная программа разработана рабочей группой педагогов: Леонтьева Е.В. – старший воспитатель, Ненашева Т.А.– педагог-психолог, Гомолина Е.Н.- воспитатель, Черкашина В.В. - воспитатель, Филиппова С.В.- инструктор по физкультуре, Леонтьева Е.В.- учитель-логопед, Шишова И.Л.-музыкальный руководитель.

Основная общеобразовательная программа (ООП) является нормативно-управленческим документом образовательного учреждения, с учетом специфики и особенности организации образовательного процесса. Содержание Программы разработано на основе требований ФГОС ДО, особенностей образовательного учреждения, региона и муниципалитета, образовательных потребностей и запросов воспитанников и их родителей. Цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организация образовательного процесса соответствуют 1 ступени непрерывного образования.

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

Цель программы – создание благоприятных условий для расширения возможностей развития личностного потенциала и способностей каждого ребёнка 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 ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего

образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);

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

4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5) сотрудничество Организации с семьей;

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

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

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

9) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

Основная общеобразовательная программа обеспечивает разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным областям: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие и обеспечивает возможность достижения воспитанниками социально-нормативных возрастных характеристик на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Образовательная программа Детского сада «Солнышко» с.Алексеевка» (далее 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 Минобрнауки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка 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»;

- Примерной основной общеобразовательной Программой дошкольного образования, одобренной решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию протокол от 20 мая 2015 года № 2/15.

Содержание Программы и условия организации образовательного процесса в ДОУ опирается на системно-деятельностный подход и гуманистическую модель взаимодействия. В основе отношений участников образовательной деятельности (педагоги, дети, родители) лежит личностно-ориентированный подход, который опирается на создание атмосферы эмоционального благополучия и комфорта.

Программа включает три основных раздела: целевой, содержательный, организационный. Программа основывается на важнейших дидактических принципах: развивающем обучении и на научном положении Л. С. Выготского о том, что правильно организованное обучение «ведет» за собой развитие; на принципе культуросообразности. Реализация этого принципа

обеспечивает учет национальных ценностей и традиций в образовании, восполняет недостатки духовно-нравственного и эмоционального воспитания. Образование рассматривается как процесс приобщения ребенка к основным компонентам человеческой культуры (знание, мораль, искусство, труд).

Программа соответствует:

- принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования);
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;
- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

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»: «организуемые моменты», «тематические недели», «события», «реализация проектов», «сезонные явления в природе», «праздники», «традиции»;
- тесная взаимосвязь и взаимозависимость с интеграцией детских деятельностей.

## Планирование и принципы образовательной деятельности

Планирование строится на анализе достигнутых успехов всей группы и индивидуально каждого ребёнка.

Планирование образовательного процесса строится с учётом следующих принципов:

- принцип последовательности;
- принцип интеграции;
- комплексно-тематический принцип.

Планирование и организация работы с детьми дошкольного возраста осуществляются на основе модели ступенчатой интеграции, постижения образов окружающего мира по соответствующим темам.

Модель состоит из четырёх структурных единиц:

- *увидеть* (наблюдение за миром);
- *услышать* (звуки окружения);
- *обыграть* (телом, умом, лицом — пантомима, пластика);
- *создать* (самостоятельная деятельность).

## Приоритетные направления деятельности

Программа решает задачи развития детей в пяти образовательных областях:

- социально-коммуникативного развития;
- познавательного развития;
- речевого развития;
- художественно-эстетического развития;

- физического развития

1. *Комплексно-деятельностный подход к развитию ребенка и созданию образовательной среды*, предполагающий гармоничное развитие всех сторон личности ребёнка в условиях созданного спектра специфических видов детской деятельности.
2. *Психологизация дошкольного образования* предполагает повышение уровня психологической компетентности всех взрослых, взаимодействующих с ребёнком, и включает в себя глубокие знания возрастных особенностей, закономерностей развития детской психики, ориентированность на первичность развития базовых познавательных процессов (памяти, внимания, логики мышления, речи, воображения, зрительно-моторной и двигательной координации и др.), принятие условности возрастных норм, умение распознавать «внешние

сигналы» ребёнка и правильно их интерпретировать, понимание развивающего характера образования.

3. *Гендерный подход к образованию детей*, учитывающий физиологические и психологические различия между мальчиками и девочками при выборе педагогом форм организации детей и определении содержания образовательной деятельности. Данный принцип не предполагает раздельного образования мальчиков и девочек.
4. *Событийный характер образования детей* предполагает эмоциональное подкрепление получаемой детьми информации, создание условий для эмоционального проживания ребёнком образовательной ситуации. Структура события включает в себя подготовку, кульминацию (непосредственно событие) и отражение впечатлений о событии в продуктивной деятельности детей и общении.
5. *Диалоговый характер взаимодействия* подразумевает уход от монологической педагогики к педагогике диалога и сотрудничества: ребенка и взрослым, детей между собой, педагогов друг с другом и родителями. В процессе взаимоуважительного общения происходит приобретение детьми полезного коммуникативного опыта, формируются такие важные качества личности как умение принимать различные точки зрения, находить нужные аргументы для убеждения собеседника и другие. Умение педагога аргументированно вести квалифицированный диалог с родителями, демонстрируя при этом высокую степень заинтересованности в совместных результатах образования ребёнка, позволит эффективнее решать образовательные задачи, будет способствовать формированию родительской компетентности в вопросах воспитания и развития детей.
6. *Приближенность содержания образования к личному опыту ребенка* рассматривается как установление содержательной связи между деятельностью, организуемой педагогом с целью решения образовательных задач, с реальной жизнью ребенка, опора в общении на знакомые ребёнку ситуации, использование семейного опыта (рассматривание семейных фотографий и т.п.). Учет личного жизненного опыта ребенка позволит повысить уровень эмоциональной включенности ребенка в образовательный процесс и его мотивацию к общению.
7. *Культуронасыщенность среды и общения* предполагает соответствие общепринятым социально значимым культурным нормам всего, что окружает ребенка (дизайн помещений, эстетический вид предметов, взаимоотношения между людьми, речь, внешний вид взрослых, поступки и т.д.).

**Срок реализации программы: 2021-2022 г**

**Возрастные особенности детей 4-5 лет. Средняя группа.**

На пятом году в жизни ребёнка появляются новые источники эмоциональных реакций. Отношения с другими людьми, в том числе со сверстниками, начинают вызывать устойчивые и иногда очень сильные эмоции. У ребёнка появляется принципиально новая способность: сопереживать вымышленным персонажам, например героям сказок. Детям становится доступна внутренняя жизнь другого человека, художественные образы развивают у ребёнка способность в

принципе воспринимать чувства другого человека и сопереживать им. Уменьшается зависимость речи от конкретных ситуаций и постоянной поддержки собеседника. Продолжает увеличиваться словарь. Используемые ребёнком части речи всё чаще обозначают предметы и явления, выходящие за пределы конкретных предметно-действенных ситуаций. К основным особенностям этого возраста можно отнести:

- у детей совершенствуется способность классифицировать предметы, находить простейшие закономерности в построении упорядоченного ряда (по размеру, цвету, форме);
- развивается знаково-символическая функция, активно осваивается операция счета в пределах первого десятка, развиваются и совершенствуются представления о пространстве и времени;
- речь детей обретает интонационную выразительность, возникает ролевой диалог, способность воспринимать и воображать на основе словесного описания различные события;
- сюжеты игр отражают собственный опыт, а также черпаются из литературы, фильмов, мультфильмов, спектаклей и пр. Игра имеет характер ведущей деятельности. Сюжеты игр детей отражают их собственный опыт, а также черпаются из литературы, фильмов и телепрограмм, поэтому они постоянно меняются. Педагоги должны быть морально готовы, что сюжеты игр детей окажутся новыми или неожиданными, а иногда и непонятными.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность, которая важна для сравнения себя с другими, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

## **Инклюзивное образование детей с ОВЗ**

По созданию условий для успешной интеграции детей дошкольного возраста с проблемами в развитии осуществляется решение следующих задач:

- организация работы по реабилитации (социализации, адаптации, коррекции) детей с нарушениями развития в интегративной среде дошкольных образовательных учреждений различных видов;
- организация помощи семье ребёнка с нарушениями развития, социально-психологической работы с семьёй в процессе интеграции их детей в дошкольном учреждении.

*Категории детей с ограниченными возможностями здоровья*

*(со специальными образовательными потребностями)*

I, II виды — дети с нарушениями слуха: глухие, слабослышащие, позднооглохшие;

III, IV виды — дети с нарушениями зрения: незрячие, слабовидящие;

V вид — дети с нарушениями речи;

VI вид — дети с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата;

VII вид — дети с задержкой психического развития;

VIII вид — дети с нарушениями интеллекта (умственно-отсталые).

В особую группу относят детей с нарушениями эмоционально-волевой сферы; с нарушениями поведения (с девиантным поведением); со сложными недостатками в развитии (с комплексными нарушениями).

### **Психологические особенности детей с 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. Дети с ограниченными возможностями здоровья- это определенная группа детей, требующая внимания и подхода к воспитанию.

### **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 учению.
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 не сформированность 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).

### **Типичные затруднения (общие проблемы) у детей с ОВЗ**

1. Отсутствует мотивация к познавательной деятельности, ограничены представления об окружающем мире;
2. Темп выполнения заданий очень низкий;
3. Нуждается в постоянной помощи взрослого;
4. Низкий уровень свойств внимания (устойчивость, концентрация, переключение);
5. Низкий уровень развития речи, мышления;
6. Трудности в понимании инструкций;
7. Инфантилизм;
8. Нарушение координации движений;
9. Низкая самооценка;
10. Повышенная тревожность, Многие дети с ОВЗ отмечают повышенной впечатлительностью (тревожностью): болезненно реагируют на тон голоса, отмечается малейшее изменение в настроении;
11. Высокий уровень психомышечного напряжения;
12. Низкий уровень развития мелкой и крупной моторики;
13. 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;
14. У других детей отмечается повышенная возбудимость, беспокойство, склонность к вспышкам раздражительности, упрямству.

### **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 проявлением 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.

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 форме речи к контекстной

### **Основные принципы реализации программы**

Планирование образовательного процесса строится с учетом следующих принципов:

**1. Принцип последовательности.** В основе – отход от формального параллельного планирования с большими временными затратами на написание планов к последовательному (сквозному) планированию образовательной деятельности с детьми:

- неделя - временной период планирования;
- формулируются образовательные задачи (специфические) на этот период, решение которых предполагается в ходе совместной деятельности, во время режимных моментов, ситуациях повседневного общения с детьми;
- подбираются оптимальные формы взаимодействия с детьми;
- вводятся новые слова в активный словарный запас;
- изменяется (пополняется) предметно – развивающей среды;

- осуществляется коррекция развития (индивидуально или для всей группы).

Основой реализации диалогового общения с родителями, формирования у них представления о возрастной норме является ежедневная информация воспитателя о том, чем дети занимались в течение дня: в какие игры играли, какое (какие) произведение читали, какую песню пели, какое новое слово узнали и запомнили и т.п.

**2. Принцип интеграции.** В основе - установление системных связей между образовательными задачами разных образовательных областей через их дополнение и взаимное обогащение.

Так, освоение пространственных представлений, знакомство с математическими понятиями формируется в конструировании, формировании математических представлений, на занятиях музыкой и физкультурой, а ориентировка на плоскости осваивается как в процессе рисования, так и в плоскостном конструировании, так и на занятиях по математике.

Кроме того, в одном виде деятельности можно решать несколько задач развития. Например, в продуктивных видах (лепка, рисование, аппликация) кроме технического освоения самой деятельности решаются задачи социализации (взаимодействие детей, передача своего эмоционального состояния), задачи формирования творческих способностей, развития речи (дети рассказывают о своей работе, придумывают дальнейшие события, разыгрывают диалоги с созданными персонажами), игровой деятельности, если созданная поделка включается в игровую ситуацию.

При определенном построении образовательного процесса образовательные задачи способны обогащать друг друга. Так, если при организации продуктивной деятельности (например, изготовление фоторамки к празднику 8 Марта) детей объединить парами или небольшими подгруппами, решаются еще и определенные задачи социального направления (обучение детей договариваться, согласовывать свои действия с партнерами). Такие возможности взаимообогащения образовательных задач следует учитывать при планировании образовательного процесса.

Разные виды деятельности при планировании могут стать иницирующим началом интеграции. Например, чтение рассказа о природе может активизировать детей в исследовательской деятельности в ближайшем природном окружении, передачу образов животных в лепке или рисовании, разыгрывание сюжетов рассказа в свободной сюжетной игре. А представления детей о театре, обобщенные в познавательной деятельности, могут найти отражение в детских рисунках, сочинении рассказов, конструировании театральной сцены, изготовлении афиши постановки на занятии по аппликации и завершиться проведением театральной постановки, досуга.

В программе для каждой возрастной группы приведен примерный перечень основных видов организованной образовательной деятельности с детьми, не жестко фиксированный, а подвижный, что поможет воспитателю самостоятельно определять последовательность непосредственно организованной деятельности, обеспечивая баланс разных видов активности детей. Воспитатель для решения тех или иных задач может заменять одни виды деятельности другими в рамках времени, отведенного для них в режиме дня.

Обязательной должна быть связь специально организованной деятельности с детьми, с их повседневной жизнью, предусматривающая возможность еще раз вернуться к тому, что происходило на занятиях. Продолжить работу над своей поделкой, практически использовать полученные знания (например, учились устанавливать взаимно однозначное соответствие двух групп предметов на математике, а затем сравнивали количество машин и «водителей» в игровом уголке, количество чашек и блюдца при сервировке стола).

**3. Комплексно-тематический принцип.** В основе – выбор определенной темы в соответствии с интересами и возможностями детей. Событийная организация образовательной деятельности в условиях комплексно-тематического планирования расширяет многочисленные возможности для детской практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Каждая тема предполагает вариативный подход к выбору форм, методов, видов деятельности, их количество может быть уменьшено или увеличено с учетом заинтересованности детей. Для реализации содержания программы рекомендуется внедрять в педагогическую практику следующие *формы организации*: совместная занимательная деятельность (экскурсии, исследования и опыты, наблюдения с комментариями происходящего и обсуждениями, путешествия по природно-климатическим зонам нашего края); театрализованные игры, игры-драматизации, игры-импровизации; творческие мастерские; фольклорные игры, фестивали народного творчества; календарно-обрядовые праздники; создание коллективных продуктов (тематических плакатов, атрибутов для оформления среды группы), музыкально-литературные гостиные для детей и родителей; тематические развлечения, спортивные праздники, соревнования и другие. Выбор той или иной формы должен быть педагогически обоснован и целесообразен.

Освоение детьми определенного содержания может завершаться организацией того или иного итогового события - праздника, соревнования, досуга, выставки, на которых дети обобщают полученные знания, демонстрируют свои успехи. Подобные мероприятия могут служить своеобразным средством контроля за ходом педагогического процесса, если в сценарий включить соревновательные моменты, элементы викторин, практические задания, требующие применения полученных знаний.

При организации совместной деятельности с детьми необходимо учитывать:

- размещение детей: столы стоят кругом, полукругом, веером; на ковре, у окна, на улице и т.п.;
- организацию коллективного просматривания детских работ, обращать внимание на успех того или другого ребенка, оригинальность решения;
- предоставление возможности каждому ребенку осуществить самоконтроль результатов деятельности, возможности сравнить свой результат с результатом других детей.

Проектируя образовательный процесс, важно через планирование объединять деятельность воспитателя, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, логопеда и др. Необходимо предусмотреть соответствие содержания деятельности педагогов с учетом тематики, недели, выбора итогового мероприятия, реализации интеграции образовательных задач и видов

деятельности, соответствующих форм работы с детьми, устранив повторы и дублирование материала.

## **1.2 Планируемые результаты освоения образовательной программы (целевые ориентиры).**

ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, 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 порадоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и, прежде всего, в игре; ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

ребёнок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребёнка складываются предпосылки грамотности;

у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

ребёнок 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 личной гигиены;

ребёнок проявляет любознательность, задаёт 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 живёт; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребёнок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Показатели развития детей в соответствии с возрастом от 4 до 5 лет. Средний дошкольный возраст.

Образовательные области и направления жизнедеятельности детей организации	Показатели развития ребёнка
СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ	
<p>Овладение коммуникативной деятельностью и элементарными общепринятыми нормами и правилами поведения в социуме</p>	<p><i>Самопознание</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знает о том, что за организмом необходимо ухаживать, чтобы быть здоровым.</li> <li>• Устанавливает связь между совершаемым действием и состоянием организма, настроением, самочувствием.</li> <li>• Понимает некоторые свои состояния, желания (скучно, грустно, весело, интересно).</li> <li>•</li> <li>• Соблюдает правила культуры поведения: (здоровается, прощается, не вмешивается в</li> </ul>
	<p>разговор взрослых, вежливо выражает свою просьбу, благодарит за оказанную услугу).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Идентифицирует свои действия с действиями других детей («Я так же быстро бегаю, как Женя»).</li> </ul> <p><i>Мир, в котором я живу</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знает название родного города, села, детского сада, своей группы.</li> <li>• Проявляет самостоятельность в выборе игры и развитии замысла.</li> <li>• Выполняет правила игры.</li> <li>• Распределяет роли, выполняет игровые действия, поступает в соответствии с игровым замыслом.</li> <li>• Ответственно относится к порученному заданию (доводит начатое до конца, стремится сделать хорошо).</li> <li>• Создаёт игровое детское общество на основах партнёрства и уважительного отношения играющих друг к другу.</li> <li>• Самостоятельно создаёт предметно-ролевою среду, используя полифункциональный материал, модули, игрушки-заместители.</li> <li>• В театрализованных играх использует разные игрушки и др.</li> </ul>
<p>Овладение элементарной трудовой деятельностью</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владеет навыками самообслуживания, оказывает помощь сверстникам (одеваться, раздеваться, складывать вещи, убирать игрушки, приводить в порядок рабочее место).</li> <li>• Принимает участие в общих делах — готовит сюрпризы для именинников, украшает группу к празднику, принимает участие в уборке группы или участка.</li> <li>• Интересуется трудом взрослых, его содержанием.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Трудится и играет вместе с другими детьми</li> </ul>
<p>Овладение основами собственной безопасности и безопасности окружающего мира</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Соблюдает элементарные правила поведения в детском саду и на улице, транспорте.</li> <li>• Понимает опасность общения с незнакомым человеком.</li> <li>• Понимает, что своё имя, фамилию, адрес нужно сообщать не всегда и не всем, а в случае необходимости (если ребёнок потерялся).</li> <li>• Чётко знает предметы, которыми детям пользоваться запрещено (спички, зажигалки, газовые и электрические плиты, утюги и др.).</li> <li>• Понимает, что животные, даже те, которые живут в их доме, могут быть злыми и агрессивными, поэтому животных обижать и злить нельзя.</li> <li>• Называет все сигналы светофора и рассказывает об их значении.</li> <li>• Знает, что такое тротуар, для кого предназначен, что такое проезжая часть, для чего предназначена.</li> <li>• Знает, где можно переходить проезжую часть.</li> <li>• Узнаёт разные виды транспорта, умеет классифицировать городской транспорт</li> </ul>
<i>Познавательное развитие</i>	
<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>• Различает и использует в деятельности различные плоскостные формы (круг, полукруг, квадрат, треугольник, овал, прямоугольник), объёмные фигуры (куб, шар, полушарие, кирпичик, пластина, призма, конус, цилиндр, полуцилиндр).</li> <li>• Различает девять цветов (красный, оранжевый, жёлтый, зелёный, синий, фиолетовый, коричневый, чёрный, белый), их светлые и тёмные оттенки.</li> <li>• Различает параметры величины, использует их для сравнения объектов.</li> </ul> <p><i>Познавательно-исследовательская деятельность</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Использует предметы в соответствии с их назначением.</li> <li>• Экспериментирует с цветом, формой, величиной, получает новые цвета путём смешивания красок.</li> <li>• Включается в наблюдения, в проведение опытов.</li> </ul> <p><i>Конструирование</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Конструирует из строительного материала по собственному замыслу.</li> <li>• Создаёт простейшие постройки для игры из конструктора.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проявляет творчество по созданию поделок из природного материала.</li> </ul> <p><i>Мир живой и неживой природы</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сравнивает предметы и явления природы по заданным свойствам.</li> <li>• Осознанно относится к растениям и животным, осуществляет уход (под руководством взрослого или самостоятельно) за растениями уголка природы, огорода, цветника.</li> <li>• Выделяет самостоятельно основания для сравнения живых объектов.</li> <li>• Использует графические модели (календарь природы) для установления причинно-следственных зависимостей в природе (заяц приспосабливается к зиме, меняя окраску).</li> <li>• Отражает в речи результаты наблюдений, сравнений.</li> </ul> <p><i>Развитие элементарных математических представлений</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Различает, из каких частей составлена группа предметов, называет их характерные особенности (цвет, размер, назначение).</li> <li>• Считает до 5 (количественный счёт), отвечает на вопрос «Сколько?».</li> <li>• Сравнивает количество предметов на основе счёта, а также путём соотнесения предметов двух групп (составления пар).</li> <li>• Сравнивает два предмета по величине на основе приложения их друг к другу или наложения.</li> <li>• Знает характерные отличия круга, квадрата, треугольника, шара, куба.</li> <li>• Определяет положение предметов в пространстве по отношению к себе; двигается в нужном направлении по сигналу.</li> <li>• Определяет части суток.</li> </ul>
<i>Речевое развитие</i>	
<p>Овладение речью как средством общения и культуры</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выделяет первый звук в слове.</li> <li>• Умеет производить звуковой анализ односложного трёхзвукового слова.</li> <li>• Составляет описательные рассказы (по игрушке), сюжетные рассказы, сочиняет загадки.</li> <li>• Эмоционально откликается на образное содержание литературных и фольклорных произведений.</li> <li>• Проявляет инициативность, активность в общении</li> </ul>
<p>Обогащение активного словаря в процессе восприятия художественной литературы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Называет любимую сказку, читает наизусть стихотворение, считалку.</li> <li>• Рассматривает иллюстрированные издания детских книг.</li> <li>• Драматизирует (инсценирует) с помощью взрослого небольшие сказки (отрывки из сказок).</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• При рассказывании сказки дополнять её собственными историями, выдерживая авторский сюжет.</li> <li>• Придумывает условные обозначения к событиям истории</li> </ul>
<b>ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ</b>	
<p>Развитие детей в процессе овладения изобразительной деятельностью</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выделяет выразительные свойства дымковской и филимоновской игрушки, проявляет интерес к книжным иллюстрациям.</li> </ul> <p><i>В рисовании</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Изображает предметы и явления, используя умение передавать их выразительно путём создания отчётливых форм, подбора цвета, аккуратного закрашивания, использования разных материалов: карандашей, красок (гуашь), фломастеров, цветных мелков и др.</li> <li>• Передаёт несложный сюжет, объединяя в рисунке несколько предметов, располагая их на листе в соответствии с содержанием.</li> <li>• Украшает силуэты игрушек элементами дымковской и филимоновской росписи</li> </ul>
	<p><i>В лепке</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Создает образы разных предметов и игрушек, объединяет их в коллективную композицию.</li> <li>• Использует всё многообразие усвоенных приёмов.</li> </ul> <p><i>В аппликации и конструировании</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Правильно держит ножницы и режет ими по прямой, по диагонали (квадрат и прямоугольник).</li> <li>• Вырезает круг из квадрата, овал — из прямоугольника, плавно срезает и закругляет углы.</li> <li>• Аккуратно наклеивает изображения предметов, состоящих из нескольких частей.</li> <li>• Составляет узоры из растительных форм и геометрических фигур.</li> <li>• Подбирает цвета в соответствии с цветом предметов или по собственному желанию</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Может эмоционально отзываться на музыку различного характера в речевом, двигательном, инструментальном, изобразительном и других выражениях.</li> <li>• Ориентируется в выборе деятельности для творческого самовыражения (пение, игра, танец и т.д.).</li> <li>• Знает и называет музыкальные инструменты (барабан, бубен, колокольчик, бубенцы, треугольник, ложки, металлофон, ксилофон, блоктроммель, маракас, трещотка, рубель).</li> <li>• Умеет выполнять танцевальные движения:</li> </ul>

	<p>пружинка, подскоки, движения парами по кругу, кружение в парах и по одному.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Использует во всех видах деятельности «звучащие жесты» (цокание языком, хлопки в ладоши, шлепки по коленям, притопы ногами), ритмические и шумовые инструменты (колокольчик, треугольник, барабан, ложки, клавиесы, штабшпили, шаркунки) в качестве ритмизации или сопровождения.</li> <li>• Может петь протяжно, чётко произносить слова</li> </ul>
Развитие детей в процессе овладения театрализованной деятельностью	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Имеет представление о театре как ярком зрелищном искусстве.</li> <li>• Имеет первоначальные навыки перевоплощения через освоение образов растительного, животного и предметного мира</li> </ul>
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ</b>	
Овладение двигательной деятельностью	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ходит и бегаёт, согласуя движения рук и ног.</li> <li>• Бегаёт, соблюдая правильную технику движений.</li> <li>• Лазает по гимнастической стенке, выполняет переход на гимнастической лестнице с пролёта на пролёт вправо и влево.</li> <li>• Ползает разными способами: опираясь на стопы и ладони, колени и ладони, на животе, подтягиваясь руками.</li> <li>• Прыгает на высоту и с высоты.</li> <li>• Принимает правильное исходное положение при метании. Метает предметы разными способами обеими руками. Отбивает мяч о землю не менее 5 раз подряд. Ловит мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.</li> <li>• Строится в колонну, в круг, шеренгу, выполняет повороты на месте.</li> <li>• Катается на двухколёсном велосипеде.</li> <li>• Передвигается по дну бассейна различными способами, делает выдох в воду, погружается в воду с головой.</li> <li>• Самостоятельно скользит по ледяной дорожке.</li> <li>• Ходит на лыжах скользящим шагом, умеет подниматься на горку лесенкой и выполнять повороты в движении.</li> <li>• Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.</li> <li>• Развиты физические качества (скорость, гибкость, выносливость, сила, координация), улучшен индивидуальный результат в конце учебного года.</li> <li>• Решает простые шахматные задачи</li> </ul>
Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Соблюдает элементарные правила гигиены.</li> <li>• Полощет рот питьевой водой после приёма пищи.</li> </ul>

- |  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Следит за опрятностью одежды и обуви.</li><li>• Различает, что вредно, а что полезно для здоровья</li></ul> |
|--|---|

## 2. Содержательный раздел:

### 2.1 Содержание образовательной работы:

Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития детей

**Специфика реализации образовательной области «Социально-коммуникативное развитие»:**

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

**От 4 до 5 лет. Средняя группа.** Способствовать формированию личностного отношения ребенка к соблюдению (и нарушению) моральных норм: взаимопомощи, сочувствия обиженному и несогласия с действиями обидчика; одобрения действий того, кто поступил справедливо, уступил по просьбе сверстника (разделил кубики поровну). Продолжать работу по формированию доброжелательных взаимоотношений между детьми (рассказывать о том, чем хорош каждый воспитанник, помогать каждому ребенку как можно чаще убеждаться в том, что он хороший, что его любят и пр.). Учить коллективным играм, правилам добрых взаимоотношений.

Воспитывать скромность, отзывчивость, желание быть справедливым, сильным и смелым; учить испытывать чувство стыда за неблагоприятный поступок. Напоминать детям о необходимости здороваться, прощаться, называть работников дошкольного учреждения по имени и отчеству, не вмешиваться в разговор взрослых, вежливо выражать свою просьбу, благодарить за оказанную услугу.

**Ребенок в семье и сообществе.**

**Родная страна.** Напоминать детям название поселка, в котором они живут.

**От 4 до 5 лет. Средняя группа. Образ Я.** Формировать представления о росте и развитии ребенка, его прошлом, настоящем и будущем («я был маленьким, я расту, я буду взрослым»). Формировать первичные представления детей об их правах (на игру, доброжелательное отношение, новые знания и др.) и обязанностях в группе детского сада, дома, на улице, на природе (самостоятельно кушать, одеваться, убирать игрушки и др.). Формировать у каждого ребенка уверенность в том, что он хороший, что его любят. Формировать первичные гендерные представления (мальчики сильные, смелые; девочки нежные, женственные).

**Семья.** Углублять представления детей о семье, ее членах. Дать первоначальные представления о родственных отношениях (сын, мама, папа, дочь и т. д.). Интересоваться тем, какие обязанности по дому есть у ребенка (убирать игрушки, помогать накрывать на стол и т. п.).

**Детский сад.** Продолжать знакомить детей с детским садом и его сотрудниками. Совершенствовать умение свободно ориентироваться в помещениях детского сада. Закреплять навыки бережного отношения к вещам, учить использовать их по назначению, ставить на место. Знакомить с традициями детского сада. Закреплять представления ребенка о себе как о члене коллектива, развивать чувство общности с другими детьми. Формировать умение замечать изменения в оформлении группы и зала, участка детского сада (как красиво смотрятся яркие, нарядные игрушки, рисунки детей и т. п.). Привлекать к обсуждению и посильному участию в оформлении группы, к созданию ее символики и традиций.

**Родная страна.** Продолжать воспитывать любовь к родному краю; рассказывать детям о самых красивых местах родного поселка, его достопримечательностях. Дать детям доступные их

пониманию представления о государственных праздниках. Рассказывать о Российской армии, о воинах, которые охраняют нашу Родину (пограничники, моряки, летчики).

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

**От 4 до 5 лет. Средняя группа. Культурно-гигиенические навыки.** Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом. Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом. Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком; при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком. Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: умение брать пищу понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды.

**Самообслуживание.** Совершенствовать умение самостоятельно одеваться, раздеваться. Приучать аккуратно складывать и вешать одежду, с помощью взрослого приводить ее в порядок (чистить, просушивать). Воспитывать стремление быть аккуратным, опрятным. Приучать самостоятельно готовить свое рабочее место и убирать его после окончания занятий рисованием, лепкой, аппликацией (мыть баночки, кисти, протирать стол и т. д.)

**Общественно-полезный труд.** Воспитывать у детей положительное отношение к труду, желание трудиться. Формировать ответственное отношение к порученному заданию (умение и желание доводить дело до конца, стремление сделать его хорошо). Воспитывать умение выполнять индивидуальные и коллективные поручения, понимать значение результатов своего труда для других; формировать умение договариваться с помощью воспитателя о распределении коллективной работы, заботиться о своевременном завершении совместного задания. Поощрять инициативу в оказании помощи товарищам, взрослым. Приучать детей самостоятельно поддерживать порядок в групповой комнате и на участке детского сада: убирать на место строительный материал, игрушки; помогать воспитателю подклеивать книги, коробки. Учить детей самостоятельно выполнять обязанности дежурных по столовой: аккуратно расставлять хлебницы, чашки с блюдами, глубокие тарелки, ставить салфетницы, раскладывать столовые приборы (ложки, вилки, ножи).

**Труд в природе.** Поощрять желание детей ухаживать за растениями и животными; поливать растения, кормить рыб, мыть поилки, наливать в них воду, класть корм в кормушки (при участии воспитателя). В весенний, летний и осенний периоды привлекать детей к посильной работе на огороде и в цветнике (посев семян, полив, сбор урожая); в зимний период — к расчистке снега. Приобщать детей к работе по выращиванию зелени для корма птицам в зимнее время; к подкормке зимующих птиц. Формировать стремление помогать воспитателю приводить в порядок используемое в трудовой деятельности оборудование (очищать, просушивать, относить в отведенное место).

**Уважение к труду взрослых.** Знакомить детей с профессиями близких людей, подчеркивая значимость их труда. Формировать интерес к профессиям родителей.

### **Формирование основ безопасности.**

#### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

**Безопасное поведение в природе.** Продолжать знакомить с многообразием животного и растительного мира, с явлениями неживой природы. Формировать элементарные представления о способах взаимодействия с животными и растениями, о правилах поведения в природе. Формировать понятия: «съедобное», «несъедобное», «лекарственные растения». Знакомить с опасными насекомыми и ядовитыми растениями.

**Безопасность на дорогах.** Развивать наблюдательность, умение ориентироваться в помещении и на участке детского сада, в ближайшей местности. Продолжать знакомить с понятиями «улица», «дорога», «перекресток», «остановка общественного транспорта» и элементарными правилами

поведения на улице. Подводить детей к осознанию необходимости соблюдать правила дорожного движения. Уточнять знания детей о назначении светофора и работе полицейского. Знакомить с различными видами городского транспорта, особенностями их внешнего вида и назначения («Скорая помощь», «Пожарная», машина МЧС, «Полиция», трамвай, троллейбус, автобус). Знакомить со знаками дорожного движения «Пешеходный переход», «Остановка общественного транспорта». Формировать навыки культурного поведения в общественном транспорте.

**Безопасность собственной жизнедеятельности.** Знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. Рассказывать о ситуациях, опасных для жизни и здоровья. Знакомить с назначением, работой и правилами пользования бытовыми электроприборами (пылесос, электрочайник, утюг и др.). Закреплять умение пользоваться столовыми приборами (вилка, нож), ножницами. Знакомить с правилами езды на велосипеде. Знакомить с правилами поведения с незнакомыми людьми. Рассказывать детям о работе пожарных, причинах возникновения пожаров и правилах поведения при пожаре.

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

**образовательной области «Познавательное развитие».**

### **Формирование элементарных математических представлений.**

#### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

**Количество и счет.** Дать детям представление о том, что множество («много») может состоять из разных по качеству элементов: предметов разного цвета, размера, формы; учить сравнивать части множества, определяя их равенство или неравенство на основе составления пар предметов (не прибегая к счету). Вводить в речь детей выражения: «Здесь много кружков, одни - красного цвета, а другие – синего. Красных кружков больше, чем синих, а синих меньше, чем красных» или «красных и синих кружков поровну». Учить считать до 5 (на основе наглядности), пользуясь правильными приемами счета: называть числительные по порядку; соотносить каждое числительное только с одним предметом пересчитываемой группы; относить последнее числительное ко всем пересчитанным предметам, например: «Один, два, три, всего три кружка». Сравнить две группы предметов, именуемые числами 1-2, 2-2, 2-3, 3-3, 3-4, 4-4, 4-5, 5-5. Формировать представления о порядковом счете, учить пользоваться количественными и порядковыми числительными, отвечать на вопросы «Сколько?», «Который по счету?», «На каком месте?». Формировать представление о равенстве и неравенстве групп на основе счета: «Здесь один, два зайчика, а здесь одна, две, три елочки. Елочек больше, чем зайчиков; 3 больше, чем 2, а 2 меньше, чем 3. Учить уравнивать неравные группы двумя способами, добавляя к меньшей группе один (недостающий) предмет или убирая из большей группы один (лишний) предмет. (К 2 зайчикам добавили 1 зайчика, стало 3 зайчика и елочек тоже 3. Елочек и зайчиков поровну - 3 и 3~ или: «Елочек больше (3), а зайчиков меньше (2). Убрали 1 елочку, их стало тоже 2. Елочек и зайчиков стало поровну: 2 и 2 ).

Отсчитывать предметы из большего количества; выкладывать, приносить определенное количество предметов в соответствии с образцом или заданным числом в пределах 5 (отсчитай 4 петушка, принеси 3 зайчика). На основе счета устанавливать равенство (неравенство) групп предметов в ситуациях, когда предметы в группах расположены на разном расстоянии друг от друга, когда они отличаются по размерам, по форме расположения в пространстве.

**Величина.** Совершенствовать умение сравнивать два предмета по величине (длине, ширине, высоте). Учить сравнивать два предмета по толщине путем непосредственного наложения или приложения их друг к другу. Отражать результаты сравнения в речи, используя прилагательные: (Длиннее - короче, шире - уже, выше - ниже, толще – тоньше. Или равные (одинаковые) по длине, ширине, высоте, толщине). Учить сравнивать предметы по двум признакам величины (красная лента длиннее и шире зеленой, желтый шарфик короче и уже синего). Устанавливать размерные отношения между 3-5 предметами разной длины (ширины, высоты), толщины, располагать их в определенной последовательности - в порядке убывания или нарастания величины. Вводить в

активную речь детей понятия, обозначающие размерные отношения предметов. (Эта (красная) башенка - самая высокая, эта (оранжевая) - пониже, эта (розовая) - еще ниже, а эта (желтая) - самая низкая» и т. д.).

**Форма.** Развивать представление детей о геометрических фигурах: круге, квадрате, треугольнике, а также шаре, кубе. Учить выделять особые признаки фигур с помощью зрительного и осязательно-двигательного анализаторов (наличие или отсутствие углов, устойчивость, подвижность и др.). Познакомить детей с прямоугольником, сравнивая его с кругом, квадратом, треугольником. Учить различать и называть прямоугольник, его элементы: углы и стороны. Формировать представление о том, что фигуры могут быть разных размеров. Большой, маленький куб, (шар, круг, квадрат, треугольник, прямоугольник). Учить соотносить форму предметов с известными геометрическими фигурами. Тарелка - круг, платок - квадрат, мяч - шар, окно, дверь - прямоугольник и др.

**Ориентировка в пространстве.** Развивать умения определять пространственные направления от себя. Двигаться в заданном направлении (вперед - назад, направо - налево, вверх - вниз); обозначать словами положение предметов по отношению к себе (передо мной стол, справа от меня дверь, слева - окно, сзади на полках — игрушки). Познакомить с пространственными отношениями: далеко - близко (дом стоит близко, а березка растет далеко).

**Ориентировка во времени.** Расширять представления детей о частях суток, их характерных особенностях, последовательности (утро - день - вечер-ночь). Объяснить значение слов: «вчера», «сегодня», «завтра».

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

### **Ознакомление с предметным окружением**

#### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

Создавать условия для расширения представлений детей об объектах окружающего мира. Рассказывать о предметах, необходимых детям в разных видах деятельности (игре, труде, рисовании, аппликации и т.д.). Расширять знания детей об общественном транспорте (автобус, поезд, самолет, теплоход).

Продолжать знакомить детей с признаками предметов, побуждать определять их цвет, форму, величину, вес. Рассказывать о материалах (стекло, металл, резина, кожа, пластмасса), из которых сделаны предметы, об их свойствах и качествах. Объяснять целесообразность изготовления предмета из определенного материала (корпус машин - из металла, шины - из резины и т.п.).

Формировать элементарные представления об изменении видов человеческого труда и быта на примере истории игрушки и предметов обихода.

### **Ознакомление с социальным миром**

#### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

Расширять представления о правилах поведения в общественных местах.

Расширять знания детей об общественном транспорте (автобус, поезд, самолет, теплоход). Формировать первичные представления о школе. Продолжать знакомить с культурными явлениями: (театром, цирком, зоопарком, вернисажем). Их атрибутами и людьми, работающими в них, правилами поведения.

Рассказывать о самых красивых местах родного города (поселка), его достопримечательностях. Дать детям доступные их пониманию представления о государственных праздниках. Рассказывать о Российской армии, о воинах, которые охраняют нашу Родину (пограничники, моряки, летчики).

Дать элементарные представления о жизни и особенностях труда в городе и в сельской местности (с опорой на опыт детей). Продолжать знакомить с различными профессиями (шофер, почтальон, продавец, врач и т. д.); расширять и обогащать представления о трудовых действиях, орудиях труда, результатах труда.

Познакомить детей с деньгами, возможностями их использования. Продолжать воспитывать любовь к родному краю; рассказывать детям о самых красивых местах родного города (поселка), его достопримечательностях.

Дать детям доступные их пониманию представления о государственных праздниках. Рассказывать о Российской армии, о воинах, которые охраняют нашу Родину (пограничники, моряки, летчики).

## **Ознакомление с миром природы**

### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

Расширять представления детей о природе. Знакомить с домашними животными, декоративными рыбками (с золотыми рыбками, кроме вуалехвоста и телескопа, карасем и др.), птицами (волнистые попугайчики, канарейки и др.). Знакомить детей с представителями класса пресмыкающихся (ящерица, черепаха), их внешним видом и способами передвижения (у ящерицы продолговатое тело, у нее есть длинный хвост, который она может сбросить; ящерица очень быстро бегают).

Расширять представления детей о некоторых насекомых (муравей, бабочка, жук, божья коровка). Расширять представления о фруктах (яблоко, груша, слива, персик и др.). Овощах (помидор, огурец, морковь, свекла, лук и др.). Ягодах (малина, смородина, крыжовник и др.). Грибах (маслята, опята, сыроежки и др.). Закреплять знания детей о травянистых и комнатных растениях (бальзамин, фикус, хлорофитум, герань, бегония, при мула и др.); знакомить со способами ухода за ними.

Учить узнавать и называть 3-4 вида деревьев (елка, сосна, береза, клен и др.). В процессе опытнической деятельности расширять представления детей о свойствах песка, глины и камня. Организовывать наблюдения за птицами, прилетающими на участок (ворона, голубь, синица, воробей, снегирь и др.), подкармливать их зимой.

Закреплять представления детей об условиях, необходимых для жизни людей, животных, растений (воздух, вода, питание и т. п.). Учить детей замечать изменения в природе. Рассказывать об охране растений и животных.

### **Сезонные наблюдения.**

**Осень.** Учить детей замечать и называть изменения в природе: похолодало, осадки, ветер, листопад, созревают плоды и корнеплоды, птицы улетают на юг. Устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы (похолодало, исчезли бабочки, жуки; отцвели цветы и т. д.). Привлекать к участию в сборе семян растений.

**Зима.** Учить детей замечать изменения в природе, сравнивать осенний и зимний пейзажи. Наблюдать за поведением птиц на улице и в уголке природы. Рассматривать и сравнивать следы птиц на снегу. Оказывать помощь зимующим птицам, называть их. Расширять представления детей о том, что в мороз вода превращается в лед, сосульки; лед и снег в теплом помещении тают. Привлекать к участию в зимних забавах: катание с горки на санках, ходьба на лыжах, лепка поделок из снега.

**Весна.** Учить детей узнавать и называть время года; выделять признаки весны: солнышко стало теплее, набухли почки на деревьях, появилась травка, распустились подснежники, появились насекомые. Рассказывать детям о том, что весной зацветают многие комнатные растения. Формировать представления детей о работах, проводимых в весенний период в саду и в огороде. Учить наблюдать за посадкой и всходами семян. Привлекать детей к работам в огороде и цветниках.

**Лето.** Расширять представления детей о летних изменениях в природе: голубое чистое небо, ярко светит солнце, жара, люди легко одеты, загорают, купаются. В процессе различных видов деятельности расширять представления детей о свойствах песка, воды, камней и глины. Закреплять

знания о том, что летом созревают многие фрукты, овощи, ягоды и грибы; у животных подрастают детеныши.

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

**образовательной области «Речевое развитие».**

### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

**Развивающая речевая среда.** Обсуждать с детьми информацию о предметах, явлениях, событиях, выходящих за пределы привычного им ближайшего окружения. Выслушивать детей, уточнять их ответы, подсказывать слова, более точно отражающие особенность предмета, явления, состояния, поступка; помогать логично и понятно высказывать суждение. Способствовать развитию любознательности. Помогать детям доброжелательно общаться со сверстниками, подсказывать, как можно порадовать друга, поздравить его, как спокойно высказать свое недовольство его поступком, как извиниться.

**Формирование словаря.** Пополнять и активизировать словарь детей на основе углубления знаний о ближайшем окружении. Расширять представления о предметах, явлениях, событиях, не имевших места в их собственном опыте. Активизировать употребление в речи названий предметов, их частей, материалов, из которых они изготовлены. Учить использовать в речи наиболее употребительные прилагательные, глаголы, наречия, предлоги.

Вводить в словарь детей существительные, обозначающие профессии; глаголы, характеризующие трудовые действия. Продолжать учить детей определять и называть местоположение предмета (слева, справа, рядом, около, между), время суток. Помогать заменять часто используемые детьми указательные местоимения и наречия (там, туда, такой, этот) более точными выразительными словами. Употреблять слова-антонимы (чистый - грязный, светло - темно). Учить употреблять существительные с обобщающим значением (мебель, овощи, животные и т. п.).

**Звуковая культура речи.** Закреплять правильное произношение гласных и согласных звуков, отрабатывать произношение свистящих, шипящих и сонорных (р, л) звуков. Развивать артикуляционный аппарат. Продолжать работу над дикцией: совершенствовать отчетливое произнесение слов и словосочетаний. Развивать фонематический слух: учить различать на слух и называть слова, начинающиеся на определенный звук. Совершенствовать интонационную выразительность речи.

**Грамматический строй речи.** Продолжать формировать у детей умение согласовывать слова в предложении. Правильно использовать предлоги в речи; образовывать форму множественного числа существительных, обозначающих детенышей животных (по аналогии), употреблять эти существительные в именительном и винительном падежах (лисята - лисят, медвежата - медвежат). Правильно употреблять форму множественного числа родительного падежа существительных (вилок, яблок, туфель). Напоминать правильные формы повелительного наклонения некоторых глаголов (Ляг! Лежи! Поезжай! Беги! и т.п.). Несклоняемых существительных (пальто, пианино, кофе, какао). Поощрять характерное для пятого года жизни словотворчество, тактично подсказывать общепринятый образец слова. Побуждать детей активно употреблять в речи простейшие виды сложносочиненных и сложноподчиненных предложений.

**Связная речь.** Совершенствовать диалогическую речь: учить участвовать в беседе, понятно для слушателей отвечать на вопросы и задавать их. Учить детей рассказывать: описывать предмет, картину; упражнять в составлении рассказов по картине, созданной ребенком с использованием раздаточного дидактического материала. Упражнять детей в умении пересказывать наиболее выразительные и динамичные отрывки из сказок.

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

### **образовательной области «Художественно-эстетическое развитие».**

#### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

Приобщать детей к восприятию искусства, развивать интерес к нему. Поощрять выражение эстетических чувств, проявление эмоций при рассматривании предметов народного и декоративно-прикладного искусства, прослушивании произведений музыкального фольклора. Познакомить детей с профессиями артиста, художника, композитора. Побуждать узнавать и называть предметы и явления природы, окружающей действительности в художественных образах (литература, музыка, изобразительное искусство). Учить различать жанры и виды искусства: стихи, проза, загадки (литература). Песни, танцы, музыка, картина (репродукция), скульптура (изобразительное искусство), здание (архитектура).

Учить выделять и называть основные средства выразительности. (Цвет, форма, величина, ритм, движение, жест, звук). Создавать свои художественные образы в изобразительной, музыкальной, конструктивной деятельности. Познакомить детей с архитектурой. Формировать представления о том, что дома, в которых они живут (детский сад, школа, другие здания), - это архитектурные сооружения. Дома бывают разные по форме, высоте, длине, с разными окнами, с разным количеством этажей, подъездов и т. д.

Вызывать интерес к различным строениям, расположенным вокруг детского сада (дома, в которых живут ребенок и его друзья, школа, кинотеатр). Привлекать внимание детей к сходству и различиям разных зданий, поощрять самостоятельное выделение частей здания, его особенностей. Закреплять умение замечать различия в сходных по форме и строению зданиях (форма и величина входных дверей, окон и других частей). Поощрять стремление детей изображать в рисунках, аппликациях реальные и сказочные строения. Организовать посещение музея (совместно с родителями), рассказать о назначении музея. Развивать интерес к посещению кукольного театра, выставок. Закреплять знания детей о книге, книжной иллюстрации. Познакомить с библиотекой как центром хранения книг, созданных писателями и поэтами. Знакомить с произведениями народного искусства (потешки, сказки, загадки, песни, хороводы, заклички, изделия народного декоративно-прикладного искусства). Воспитывать бережное отношение к произведениям искусства.

#### **Изобразительная деятельность.**

#### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

Продолжать развивать интерес детей к изобразительной деятельности. Вызывать положительный эмоциональный отклик на предложение рисовать, лепить, вырезать и наклеивать. Продолжать развивать эстетическое восприятие, образные представления, воображение, эстетические чувства, художественно-творческие способности. Продолжать формировать умение рассматривать и обследовать предметы, в том числе с помощью рук

Обогащать представления детей об изобразительном искусстве (иллюстрации к произведениям детской литературы, репродукции произведений живописи, народное декоративное искусство, скульптура малых форм и др.) как основе развития творчества. Учить детей выделять и использовать средства выразительности в рисовании, лепке, аппликации. Продолжать формировать умение создавать коллективные произведения в рисовании, лепке, аппликации.

Закреплять умение сохранять правильную позу при рисовании: не горбиться, не наклоняться низко над столом, к мольберту; сидеть свободно, не напрягаясь. Приучать детей быть аккуратными: сохранять свое рабочее место в порядке, по окончании работы убирать все со стола. Учить проявлять дружелюбие при оценке работ других детей.

**Рисование.** Продолжать формировать у детей умение рисовать отдельные предметы и создавать сюжетные композиции, повторяя изображение одних и тех же предметов (неваляшки гуляют, деревья на нашем участке зимой, цыплята гуляют по травке) и добавляя к ним другие (солнышко, падающий снег и т. д.). Формировать и закреплять представления о форме предметов (круглая, овальная, квадратная, прямоугольная, треугольная), величин, расположении частей.

Помогать детям при передаче сюжета: располагать изображения на всем листе в соответствии с содержанием действия и включенными в действие объектами. Направлять внимание детей на передачу соотношения предметов по величине: дерево высокое, куст ниже дерева, цветы ниже куста. Продолжать закреплять и обогащать представления детей о цветах и оттенках окружающих предметов и объектов природы. К уже известным цветам и оттенкам добавить новые: (коричневый, оранжевый, светло-зеленый). Формировать представление о том, как можно получить эти цвета. Учить смешивать краски для получения нужных цветов и оттенков.

Развивать желание использовать в рисовании, аппликации разнообразные цвета, обращать внимание на многоцветие окружающего мира. Закреплять умение правильно держать карандаш, кисть, фломастер, цветной мелок; использовать их при создании изображения.

Учить детей закрашивать рисунки кистью, карандашом, проводя линии и штрихи только в одном направлении (сверху вниз или слева направо); ритмично наносить мазки, штрихи по всей форме, не выходя за пределы контура; проводить широкие линии всей кистью, а узкие линии и точки - концом ворса кисти. Закреплять умение чисто промывать кисть перед использованием краски другого цвета. К концу года формировать у детей умение получать светлые и темные оттенки цвета, изменяя нажим на карандаш. Формировать умение правильно передавать расположение частей при рисовании сложных предметов (кукла, зайчик и др.) и соотносить их по величине.

**Декоративное рисование.** Продолжать формировать умение создавать декоративные композиции по мотивам дымковских, филимоновских узоров. Использовать дымковские и филимоновские изделия для развития эстетического восприятия прекрасного и в качестве образцов для создания узоров в стиле этих росписей (для росписи могут использоваться вылепленные детьми игрушки и силуэты игрушек, вырезанные из бумаги). Познакомить детей с городецкими изделиями. Учить выделять элементы городецкой росписи (бутоны, купавки, розаны, листья); видеть и называть цвета, используемые в росписи.

**Лепка.** Продолжать развивать интерес детей к лепке; совершенствовать умение лепить из глины (из пластилина, пластической массы). Закреплять приемы лепки, освоенные в предыдущих группах; учить прищипыванию с легким оттягиванием всех краев сплюснутого шара, вытягиванию отдельных частей из целого куска, прищипыванию мелких деталей (ушки у котенка, клюв у птички). Учить сглаживать пальцами поверхность вылепленного предмета, фигурки. Учить приемам вдавливания середины шара, цилиндра для получения полых форм. Познакомить с приемами использования стеки. Поощрять стремление украшать вылепленные изделия узором при помощи стеки. Закреплять приемы аккуратной лепки.

**Аппликация.** Воспитывать интерес к аппликации, усложняя ее содержание и расширяя возможности создания разнообразных изображений. Формировать у детей умение правильно держать ножницы и пользоваться ими. Обучать вырезыванию, начиная с формирования навыка разрезания по прямой сначала коротких, а затем длинных полос. Учить составлять из полос изображения разных предметов (забор, скамейка, лесенка, дерево, кустик и др.). Учить вырезать круглые формы из квадрата и овальные из прямоугольника путем округления углов; использовать этот прием для изображения в аппликации овощей, фруктов, ягод, цветов и т. п.

Продолжать расширять количество изображаемых в аппликации предметов (птицы, животные, цветы, насекомые, дома, как реальные, так и воображаемые) из готовых форм. Учить детей преобразовывать эти формы, разрезая их на две или четыре части (круг - на полукруги, четверти;

квадрат-на треугольники и т. д.). Закреплять навыки аккуратного вырезывания и наклеивания. Поощрять проявление активности и творчества.

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

#### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

Обращать внимание детей на различные здания и сооружения вокруг их дома, детского сада. На прогулках в процессе игр рассматривать с детьми машины, тележки, автобусы и другие виды транспорта, выделяя их части, называть их форму и расположение по отношению к самой большой части.

Продолжать развивать у детей способность различать и называть строительные детали (куб, пластина, кирпичик, брусок); учить использовать их с учетом конструктивных свойств (устойчивость, форма, величина). Развивать умение устанавливать ассоциативные связи, предлагая вспомнить, какие похожие сооружения дети видели.

Учить анализировать образец постройки: выделять основные части, различать и соотносить их по величине и форме, устанавливать пространственное расположение этих частей относительно друг друга (в домах - стены, вверху - перекрытие, крыша; в автомобиле - кабина, кузов и т.д.).

Учить самостоятельно измерять постройки (по высоте, длине и ширине), соблюдать заданный воспитателем принцип конструкции («Построй такой же домик, но высокий»). Учить сооружать постройки из крупного и мелкого строительного материала, использовать детали разного цвета для создания и украшения построек. Обучать конструированию из бумаги: сгибать прямоугольный лист бумаги пополам, совмещая стороны и углы (альбом, флажки для украшения участка, поздравительная открытка). Приклеивать к основной форме детали (к дому: окна, двери, трубу; к автобусу колеса; к стулу спинку).

Приобщать детей к изготовлению поделок из природного материала: коры, веток, листьев, шишек, каштанов, ореховой скорлупы, соломы. Учить использовать для закрепления частей клей, пластилин; применять в поделках катушки, коробки разной величины и другие предметы.

### **Музыкальная деятельность.**

#### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

Продолжать развивать у детей интерес к музыке, желание ее слушать, вызывать эмоциональную отзывчивость при восприятии музыкальных произведений. Обогащать музыкальные впечатления, способствовать дальнейшему развитию основ музыкальной культуры. Слушание. Формировать навыки культуры слушания музыки (не отвлекаться, дослушивать произведение до конца). Учить чувствовать характер музыки, узнавать знакомые произведения, высказывать свои впечатления о прослушанном. Учить замечать выразительные средства музыкального произведения: тихо, громко, медленно, быстро. Развивать способность различать звуки по высоте (высокий, низкий в пределах сексты, септимы).

Пение. Обучать детей выразительному пению, формировать умение петь протяжно, подвижно, согласованно (в пределах ре - си первой октавы). Развивать умение брать дыхание между короткими музыкальными фразами. Учить петь мелодию чисто, смягчать концы фраз, четко произносить слова, петь выразительно, передавая характер музыки. Учить петь с инструментальным сопровождением и без него (с помощью воспитателя). Песенное творчество. Учить самостоятельно сочинять мелодию колыбельной песни и отвечать на музыкальные вопросы («Как тебя зовут?», «Что ты хочешь, кошечка?», «Где ты?»). Формировать умение импровизировать мелодии на заданный текст.

Музыкально-ритмические движения. Продолжать формировать у детей навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки. Учить самостоятельно менять движения в соответствии с двух-

и трехчастной формой музыки. Совершенствовать танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, кружение по одному и в парах. Учить детей двигаться в парах по кругу в танцах и хороводах, ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие пере строения (из круга в рассыпную и обратно), подскоки. Продолжать совершенствовать у детей навыки основных движений. (Ходьба: «торжественная», спокойная, «таинственная»; бег: легкий, стремительный). Развитие танцевально-игрового творчества. Способствовать развитию эмоционально-образного исполнения музыкально-игровых упражнений (кружатся листочки, падают снежинки) и сенок, используя мимику и пантомиму (зайка веселый и грустный, хитрая лисичка, сердитый волк и т. д.).

Обучать инсценированию песен, и постановке небольших музыкальных спектаклей. Игра на детских музыкальных инструментах. Формировать умение подыгрывать простейшие мелодии на деревянных ложках, погремушках, барабане, металлофоне.

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

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

##### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы - значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

#### **Физическая культура.**

##### **От 4 до 5 лет. Средняя группа.**

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил

игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

#### Список детей средней группы «Солнышко»

1. Акмаева Вика
2. Башарин Матвей
3. Брусенцева Арина
4. Булычева Валерия
5. Джумаев Тимофей
6. Дуц Кристина
7. Евстифеев Дима
8. Заварыкин Тимур
9. Зотаев Егор
10. Коновалов Андрей
11. Крючкова Дарина
12. Лобина Таисья
13. Марсильяк Саша
14. Пыхтин Сережа
15. Раптанова Саша
16. Растопшин Лев
17. Розова Полина
18. Соловьев Вова
19. Сысоев Егор
20. Сысоев Максим

21. Шкирина Аделина

22. Кузнецов Тимоша

23. Ярмошкин Илья

9 девочек, 14 мальчиков

**Расписание непосредственно образовательной деятельности  
(НОД) на 2021-2022уч. год**

	4-5 лет средняя группа «Солнышко» 8:05-8:11 зал №2
	<b>Виды деятельности</b>
<b>Понедельник</b>	1. Музыкальная деятельность - 9.00-9.20 2. Познавательно-исследовательская деятельность (Исследование объектов окружающего мира и экспериментирование с ними) – 9.30-9.50
<b>Вторник</b>	1. Двигательная деятельность (занятия по физическому развитию) 09.00-09.20 2. Познавательно-исследовательская деятельность (Формирование элементарных математических пред.) 09.30-09.50
<b>Среда</b>	1. Изобразительная деятельность (Рисование) – 9.00-09.20 2. Двигательная деятельность (занятие по физическому развитию) 09.30-09.40
<b>Четверг</b>	1. Музыкальная деятельность - 9.00-9.20 2. Изобразительная деятельность (Конструирование/ аппликация) 09.30-09.40
<b>Пятница</b>	1. Двигательная деятельность (занятия по физическому развитию) 09.00-09.20 2. Восприятие художественной литературы и фольклора- 9.30-9.50 3. Изобразительная деятельность (Лепка) - 10.00-10.20

\*Игровая деятельность и самообслуживание (хозяйственно-бытовой труд) интегрируется со всеми видами деятельности, по усмотрению воспитателя

\*\*Образовательная деятельность проводится с сентября по май

## Режим дня и двигательный режим группы

### Режим дня на холодный период года (сентябрь-май)

Детского сада «Солнышко» с. Алексеевка м.р. Алексеевский

2021-2022уч.

<b>Режимные процессы</b>	<b>4-5 лет</b>
Приём детей в группе, осмотр детей, индивидуальные и подгрупповые игры, самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	<b>8.30-9.00</b>
НОД	9.00 -9.20 9.30-9.50
Второй сон	
Игровая деятельность	9.50-10.30
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>12.15</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	16.40-19.00

## КОМПЛЕКСЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ

Двигательные возможности детей 4-5 лет создают реальные предпосылки для формирования движений в обобщенном виде и умении выделять отдельные элементы движения: направление, скорость, амплитуда и т.д. Так, в ходьбе и беге наряду с упражнениями на развитие умений ориентироваться в пространстве, передвигаться в определенном направлении появляются новые

задания — находить свое место в колонне, строиться в пары, сохранять форму круга во время движения, ходить на носках.

Усложняются общеразвивающие упражнения и увеличивается их нагрузка (число повторений). Однако сохраняется одно из важнейших требований в физическом воспитании детей — соблюдение правильной осанки, укрепление крупных мышечных групп, последовательный переход от одного исходного положения к другому. На пятом году жизни ребенка и особенно благодаря неоднократному повторению упражнений в ходьбе все ее структурные элементы достигают хороших результатов — устанавливается определенная ритмичность ходьбы, увеличивается длина шага, улучшается общая координация, более согласованными становятся движения рук и ног. Вместе с тем, в ходьбе наблюдаются и недостатки: параллельная постановка стоп, шарканье ногами, движения рук и ног не всегда энергичны, плечи опущены, а темп передвижения неравномерен.

По сравнению с предыдущей возрастной группой освоение упражнений в беге происходит у детей быстрее, чем в ходьбе, так как быстрый темп движения осваивается детьми легче.

У большинства детей пятого года жизни появляется ритмичность бега, умение чередовать его с другими видами движений, возрастает скорость, улучшается пространственная ориентировка. Дети довольно быстро изменяют направление движения по сигналу воспитателя: оббегают препятствия, придерживаются заданного темпа. Однако, как и в ходьбе, необходимы многократные повторения упражнений в беге. Не все элементы техники бега у ребенка 4-5 лет правильны и хорошо выражены. Руки еще малоактивны, шаг остается коротким и неравномерным, а полет небольшой.

***Структура комплексов оздоровительной гимнастики для детей 4-5 лет разработана в соответствии с общепринятыми требованиями:***

- в начале ходьба и бег проводятся в обычном или игровом варианте,
- затем следуют общеразвивающие упражнения без предметов и с мелким физкультурным инвентарем (мячи, скакалки, палки, кубики и т.д.),
- в заключении для снижения двигательной активности — упражнения в ходьбе или игра малой интенсивности.

**Комплексы утренней гимнастики на 2020-2021год.**

***Основная стойка для детей 4-5 лет — ноги слегка расставлены, ступни параллельны.***

## **СЕНТЯБРЬ**

### ***Комплекс 1***

1. Ходьба и бег в колонне по одному по сигналу воспитателя (сигналом служит музыкальное сопровождение или удары в бубен).

#### ***Упражнения без предметов***

- *И. п.* — стойка ноги параллельно, руки внизу. Поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши; опустить руки через стороны, вернуться в исходное положение (4-5 раз).
- *И. п.* — стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. Поворот вправо (влево), отвести правую руку в сторону; выпрямиться, вернуться в исходное положение (по 3 раза).
- *И. п.* — стойка ноги на ширине ступни, руки на поясе. Присесть, вынести руки вперед; встать, выпрямиться, вернуться в исходное положение (5-6 раз).
- *И. п.* — стойка ноги врозь, руки за спиной. Наклониться вперед, коснуться пола пальцами рук; выпрямиться, вернуться в исходное положение (4-5 раз).

- *И. п.* — стойка ноги слегка расставлены, руки на поясе. Прыжки на двух ногах на счет 1-8; повторить 2 раза с небольшой паузой.

3. Ходьба в колонне по одному, помахивая платочками.

### **Комплекс 2**

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

#### **Упражнения с обручем**

- *И. п.* — стойка ноги слегка расставлены, обруч хватом с боков на груди. 1 — обруч вперед, руки прямые; 2 — обруч вверх; 3 — обруч вперед; 4 — вернуться в исходное положение (4-5 раз).
- *И. п.* — стойка ноги на ширине плеч, обруч внизу. 1 — обруч вперед; 2 — наклон вперед, коснуться пола обручем; 3 — выпрямиться, обруч вперед; 4 — вернуться в исходное положение (4-5 раз).
- *И. п.* — стойка ноги на ширине плеч, обруч хватом с боков на груди. 1-2 — поворот направо (влево), обруч направо (влево) вернуться в исходное положение (6 раз).
- *И. п.* — стойка в обруче, руки вдоль туловища. Прыжки на двух ногах в обруче на счет 1-8. Повторить 2 раза с небольшой паузой.

## **ОКТАБРЬ**

### **Комплекс 1**

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

#### **Упражнения с кубиками**

- *И. п.* — стойка ноги на ширине ступни, кубики в обеих руках внизу. 1 — кубики в стороны; 2 — кубики вверх; 3 — кубики в стороны; 4 — исходное положение (5-6 раз).
- *И. п.* — стойка ноги на ширине ступни, кубики в согнутых руках у плеч. 1 — присесть, положить кубики на пол; 2 — встать, руки на пояс; 3 — присесть, взять кубики; 4 — вернуться в исходное положение (4-6 раз).
- *И. п.* — стойка ноги на ширине плеч, кубики в согнутых руках у плеч. 1-2 — поворот направо (влево), отвести правую руку в сторону; 3-4 — вернуться в исходное положение (6 раз).
- *И. п.* — сидя ноги врозь, кубики у плеч. 1 — наклон вперед, положить кубики у носков ног; 2 — выпрямиться, руки на пояс; 3 — наклониться, взять кубики; 4 — вернуться в исходное положение (4-5 раз).
- *И. п.* — стойка ноги слегка расставлены, руки произвольно, кубики на полу. Прыжки вокруг кубиков в обе стороны.

3. Ходьба в колонне по одному.

### **Комплекс 2**

1. Ходьба в колонне по одному, огибая предметы, поставленные по углам площадки, бег врассыпную.

#### **Упражнения с косичкой (короткий шнур)**

- *И. п.* — стойка ноги врозь, косичка внизу. 1 — поднять косичку вперед; 2 — вверх; 3 — вперед; 4 — вернуться в исходное положение (5-6 раз).
- *И. п.* — стойка ноги на ширине ступни, косичка внизу. 1 — поднять косичку вперед; 2 — присесть, руки прямые; 3 — встать, косичку вперед; 4 — вернуться в исходное положение (5-6 раз).
- *И. п.* — стойка на коленях, косичка внизу. 1-2 — поворот направо (влево), косичку отвести в сторону, руки прямые. 3-4 — вернуться в исходное положение (6 раз).
- *И. п.* — сидя ноги врозь, косичка на коленях. 1 — поднять косичку вверх; 2 — наклониться вперед, коснуться косичкой пола как можно дальше; 3 — выпрямиться, косичку вверх; 4 — вернуться в исходное положение (4-5 раз).
- *И. п.* — стойка ноги слегка расставлены, руки произвольно, косичка на полу. Прыжки на двух ногах через косичку.

3. Ходьба в колонне по одному — автомобили поехали в гараж.

## **НОЯБРЬ**

### **Комплекс 1**

**1.Игровое упражнение «Кот и мыши».** В центре площадки (зала) находится водящий — кот. На одной стороне зала обозначен дом мышей — чертой или шнуром. Воспитатель говорит:

Кот мышей сторожит,  
Притворился, будто спит.

*Дети легко и бесшумно бегают в разных направлениях, а воспитатель приговаривает:*

Тише, мыши, не шумите  
И кота не разбудите.

Через 30 с. воспитатель восклицает: «Кот проснулся!», и ребенок, изображающий кота, кричит: «Мяу!» и бежит за мышами, а те прячутся в норки, забегая за черту, прежде чем кот их поймает (осалит). Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе за котом, который ведет мышек.

#### **Упражнения с палкой**

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

**3.Ходьба в колонне по одному.**

#### **Комплекс 2.**

1. Ходьба и бег вокруг кубиков с поворотом по сигналу воспитателя.

#### **Упражнения с кубиком**

- И. п. — стойка ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. 1-2 — поднять руки через стороны вверх, передать кубик в левую руку; 3-4 — вернуться в исходное положение (6 раз).
- И. п. — стойка ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. 1 — присесть, положить кубик на пол; 2 — встать, убрать руки за спину; 3 — присесть, взять кубик в левую руку; 4 — встать, вернуться в исходное положение (4-5 раз).
- И. п. — стойка на коленях, кубик в правой руке. 1 — поворот вправо (влево), положить кубик у носков ног; 2 — вернуться в исходное положение; 3 — поворот вправо (влево), взять кубик; 4 — вернуться в исходное положение (4-5 раз).
- И. п. — сидя ноги врозь, кубик в правой руке. 1 — наклониться вперед, положить кубик у левой ноги; 2 — выпрямиться, руки на пояс; 3 — наклониться, взять кубик в левую руку; 4 — выпрямиться. То же левой рукой (4-6 раз).
- И. п. — стойка ноги на ширине ступни, кубик на полу. Прыжки на двух ногах вокруг кубика в обе стороны.

**3. Ходьба в колонне по одному, кубик в правой руке, на сигнал воспитателя «Показали кубик!» в движении поднять кубик над головой.**

## **ДЕКАБРЬ**

#### **Комплекс 1.**

1. Игра «Догони пару». Дети становятся в две шеренги на расстоянии 1 м одна шеренга от другой. По команде воспитателя «Раз, два, три — беги!» дети первой шеренги убегают, а дети второй догоняют свою пару, прежде чем она пересечет линию финиша (расстояние — 10 м).

#### **Упражнения с платочком**

- И. п. — стойка ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках, хват за концы сверху. 1 — поднять платочек вперед; 2 — платочек вверх; 3 — платочек вперед; 4 — исходное положение (5-6 раз).

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

### **Комплекс 2**

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

### **Упражнения с малым мячом (диаметр 10-12 см)**

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

## **ЯНВАРЬ**

### **Комплекс 1**

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

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

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

3. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.

### **Комплекс 2**

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

### **Упражнения с кеглей**

- *И. п.* — стойка ноги на ширине ступни, кегля в правой руке внизу.
  - 1 — руки в стороны;
  - 2 — руки вперед, переложить кеглю в левую руку;
  - 3 — руки в стороны;
  - 4 — исходное положение (4-6 раз).
- *И. п.* — стойка ноги на ширине плеч, кегля в правой руке.

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

## **ФЕВРАЛЬ**

### **Комплекс 1**

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

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

- *И. п.* — стойка ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу. 1-2 — поднять мяч вверх, поднимаясь на носки (рис. 16); 3-4 — вернуться в исходное положение (5 раз).
- *И. п.* — стойка ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках на груди. 1-3 — наклониться к правой (левой) ноге, прокатить мяч вокруг ноги; 4 — исходное положение (5-6 раз).
- *И. п.* — сидя ноги прямые, руки в упоре сзади, мяч на стопах. 1-2 — поднять прямые ноги, скатить мяч на грудь, поймав его (рис. 17). 3-4 — вернуться в исходное положение (5-6 раз).
- *И. п.* — лежа на животе, ноги прямые, мяч в согнутых руках перед собой. 1 — прогнуться, поднять мяч вперед; 2 — вернуться в исходное положение (5-6 раз).
- *И. п.* — ноги чуть расставлены, мяч внизу. 1 — шаг правой ногой вправо (левой влево), мяч поднять над головой; 2 — вернуться в исходное положение (5-6 раз).

**Игровое упражнение «Кот и мыши».** В центре площадки (зала) находится водящий — кот. На одной стороне зала обозначен дом мышей — чертой или шнуром. Воспитатель говорит:

Кот мышей сторожит,

Притворился, будто спит.

Дети легко и бесшумно бегают в разных направлениях, а воспитатель приговаривает:

Тише, мыши, не шумите

И кота не разбудите.

Через 30 с воспитателя восклицает: «Кот проснулся!», и ребенок, изображающий кота, кричит: «Мяу!» и бежит за мышами, а те прячутся в норки, забегая за черту, прежде чем кот их поймает (осалит). Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе за котом, который ведет мышек.

### **Комплекс 2**

1. Игра «Догони пару». Дети становятся в две шеренги на расстоянии 1 м одна шеренга от другой. По команде воспитателя «Раз, два, три — беги!» дети первой шеренги убегают, а дети второй догоняют свою пару, прежде чем она пересечет линию финиша (расстояние — 10 м).

#### **Упражнения на стульях**

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

### 3. Ходьба в колонне по одному.

#### Март

##### Комплекс 1

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

##### Упражнения с обручем

- *И. п.* — стойка ноги на ширине ступни, обруч внизу. 1 — обруч на грудь; 2 — обруч вверх; 3 — обруч на грудь; 4 — исходное положение (5-6 раз).
- *И. п.* — стойка ноги на ширине ступни, обруч на груди. 1-2 — присесть, вынести обруч вперед; 3-4 — исходное положение.
- *И. п.* — стойка ноги на ширине плеч, обруч на груди. 1 — поворот вправо (влево); 2 — исходное положение (6 раз).
- *И. п.* — стойка ноги на ширине плеч, обруч внизу. 1 — обруч вперед; 2 — наклон вперед, коснуться пола; 3 — выпрямиться, обруч вперед; 4 — исходное положение (6 раз).
- *И. п.* — стойка в обруче, руки на поясе. Прыжки на счет 1-7, на счет 8 — прыжок из обруча. Темп прыжков умеренный. Повторить 3-4 раза.

### 3. Ходьба в колонне по одному.

##### Комплекс 2

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

##### Упражнения с кубиками

- *И. п.* — стойка ноги на ширине ступни, кубики внизу. 1 — кубики в стороны; 2 — кубики вверх; 3 — кубики в стороны; 4 — исходное положение (5-6 раз).
- *И. п.* — стойка ноги врозь, кубики у плеч. 1 — вынести кубики вперед; 2 — наклониться, положить кубики у носков ног; 3 — выпрямиться, руки на пояс;

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

## **АПРЕЛЬ**

### **Комплекс 1**

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

### **Упражнения с флажками**

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

### **Комплекс 2**

**1.** Игра малой подвижности «Тишина» (ходьба). Дети идут в обход площадки, затем по кругу за воспитателем и вместе говорят:

Тишина у пруда,  
 Не колышется вода,  
 Не шумите, камыши,  
 Засыпайте, малыши.

По окончании слов дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Через несколько секунд воспитатель произносит громко: «Ква-ква-ква» — и поясняет, что лягушки разбудили ребят, и они проснулись, поднялись и потянулись. Игровое упражнение повторяется.

### **Упражнения с кеглей**

- И. п. — основная стойка, кегля в правой руке внизу. 1-2 — поднять через стороны руки вверх, переложить кеглю в левую руку; 3-4 — вернуться в исходное положение (5-6 раз).
- И. п. — стойка ноги на ширине плеч, кегля в правой руке. 1 — руки в стороны; 2 — наклон вперед, переложить кеглю в левую руку (рис. 18); 3 — выпрямиться, руки в стороны; 4 — исходное положение (4-6 раз).

- И. п. — стойка на коленях, кегля в правой руке. 1 -2 — поворот вправо, поставить кеглю у носка правой ноги (рис. 19); вернуться в исходное положение; 3-4 — поворот вправо, взять кеглю, вернуться в исходное положение. Переложить кеглю в левую руку, то же влево (6 раз).
  - И. п. — ноги слегка расставлены, кегля в правой руке. 1 — присесть, поставить кеглю у ног; 2 — встать, выпрямиться, руки на пояс; 3 — присесть, взять кеглю левой рукой; 4 — исходное положение (4-5 раз).
  - И. п. — основная стойка, руки произвольно, кегля на полу. Прыжки на двух ногах вокруг кегли в обе стороны в чередовании с небольшой паузой.
- 3. Игровое задание «Найдем лягушонка»** (ходьба в разных направлениях, затем в колонне по одному за ребенком, который первым нашел лягушонка).

## **МАЙ**

### **Комплекс 1**

1. Ходьба и бег в колонне по одному, задания чередуются.

#### **Упражнения без предметов**

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

**Игра «Совушка».** Выбирается Совушка. Остальные дети изображают бабочек, птичек, и т.д. По сигналу «День» дети бегают по всему залу, на сигнал «Ночь» все замирают, останавливаясь на том месте, где их застал сигнал. Совушка выходит из своего гнезда и тех, кто пошевелился, забирает к себе. Игра повторяется

### **Комплекс 2**

1. Ходьба и бег в колонне по одному между кубиками (8-10 шт.), поставленными вдоль площадки на расстоянии 0,5 м один от другого.

#### **Упражнения с кубиками**

- И. п. — основная стойка, кубики внизу.
  - 1 — кубики вперед;
  - 2 — кубики вверх;
  - 3 — кубики в стороны;
  - 4 — исходное положение (5-6 раз).
- И. п. — сидя ноги врозь, кубики у плеч.
  - 1 — наклониться вперед, положить кубики у носков ног;
  - 3-4 — вернуться в исходное положение (5-6 раз).
- И. п. — стойка на коленях, кубики у плеч.
  - 1 — поворот вправо, положить кубик у носков ног;
  - 2 — выпрямиться;
  - 3 — поворот влево, поставить кубик;
  - 4 — выпрямиться; 5 — поворот вправо (влево), взять кубик;
  - 6 — вернуться в исходное положение (по 3 раза).
- И. п. — основная стойка, кубики у плеч.
  - 1-2 — присесть, вынести кубики вперед;
  - 3-4 — исходное положение (5 раз).
- И. п. — стоя перед кубиками, ноги слегка расставлены, руки произвольно. Прыжки на двух ногах вокруг кубиков.

2. Ходьба в колонне по одному.

## **СЕНТЯБРЬ**

*Смотри скорее, который час! Тик-тик, тик-тик, тик-тик!*

*Налево раз, направо раз! Тик-тик, тик-тик, тик-тик!*

*Бежит по рельсам паровоз, на зарядку нас повез.*

*(произносить, пока дети просыпаются)*

### **Комплекс 1**

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

2. 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.

3. 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).

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

5. И. п.: сидя, ноги врозь, руки внизу. Хлопок в ладоши перед собой — выдох; развести ладони в стороны — вдох.

6. «Змеиный язычок». Представляем, как длинный змеиный язык пытается высунуться как можно дальше, стараюсь достать до подбородка. Повтор 6 раз.

### **Комплекс 2**

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

2. «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.

3. «Лодочка». И. п.: лежа на животе, руки вверх, прогнуться. Поднять верхнюю и нижнюю части туловища, держать, вернуться в и. п.

4. «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.

5. «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).

## **ОКТАБРЬ**

### **Комплекс 3 «Дождик»**

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

И вторая прибежала — кап! То же проделать другой рукой.

Мы на небо посмотрели, капельки «кап-кап» запели, (посмотреть глазами вверх, не поднимая головы)

Намокли лица. Мы их вытирали. (Вытереть лицо руками, вытянуть ноги)

Туфли, посмотрите, мокрыми стали. (Потянуться к носкам ног руками)

Плечами дружно поведем и все капельки стряхнем. (Поднять и опустить плечи)

От дождя мы убежим (велосипед)

Под кусточком посидим. (сесть, согнуть ноги к груди, обнять их руками)

### **Комплекс 4 «Добрый день!»**

Ручки, ножки, щечки, ушки очень любят потягушки.

Мы погладим их легонько и проснемся потихоньку.

Где же, где же наши глазки? Отвечайте без подсказки.

Мы прикрыли их ладошкой и погладили немножко.

Глазки вверх мы поднимали, и моргали, и моргали.

Ушко правое ладошкой, ушко левое ладошкой

Все погладили, ребятки, и подергали немножко!

Щечку правую ладошкой, щечку левую ладошкой,

Все погладили, ребятки, и похлопали немножко!

С ручкой правой поиграем, с ручкой левой поиграем —

Пальчики соединяем, а потом разъединяем. ( Хлопки)

Ножку правую ладошкой, ножку левую ладошкой. Все погладили, ребятки, и потопали немножко!

Значить будем просыпаться, подниматься, одеваться!

## **НОЯБРЬ**

### **Комплекс 5 "Кисоньки"**

Ну что, кисоньки проснулись?

Сладко-сладко потянулись и на спинку повернулись.

А теперь нам интересно, смотрим мы по сторонам.

Повернем головку влево и посмотрим, что же там?

А сейчас потянем лапки и покажем коготки. (Руки перед собой, сжим-разжим кулачки)

Посчитаем, сколько пальцев, где же ваши кулачки?

Мы почти уже проснулись, приготовились бежать.

Ну-ка ножки вы готовы? 1, 2, 3, 4, 5.(велосипед)

Чтобы не зевать от скуки, сели и потеряли руки (руки вытянуть вперед, потереть)

А потом ладошкой в лоб - хлоп-хлоп,

Щеки заскучили то же? Мы и их похлопать можем

Ну-ка, дружно не зевать 1, 2, 3, 4, 5.

А теперь уже, гляди, добрались и до груди. (Встать на колени)

Постучим по ней на славу сверху, снизу, слева, справа.

Молодцы мои котята, а теперь пойдем играть. (Наклоны в стороны)

Руки к солнцу поднимаем и сто раз мы приседаем. (Стоя на коленях, присесть)

Отдыхать умеем то же. Руки за спину положим.

Вытянемся и легко, легко подышим.

### **Комплекс 6**

1. Лежа на спине, руки вдоль туловища, руки вверх, потянуться, руки вперед, и. п.

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

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

4. «Пешеход». И. П. то же, переступание пальчиками, сгибая колени, то же с выпрямлением ног.

5. И. П.: сидя, ноги скрестить, руки на поясе, руки через стороны вверх вдох, выдох.

## **ДЕКАБРЬ**

*Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали.*

*Хорошо нам отдыхать! Но пора уже вставать!*

*Крепко кулачки сжимаем, их повыше поднимаем.*

*Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать!*

### **Комплекс 7**

Наконец – то мы проснулись, Протирают глаза кулачками.

Сладко, сладко потянулись, Потягиваются.

Чтобы сон ушел, зевнули, Зевают.

Головой слегка трянули. Покачивают головой из стороны в сторону.

Плечи поднимали, Поднимают плечи.

Ручками махали, Руки перед грудью, «ножницы».

Коленки сгибали, Согнуть ноги в коленях.

К груди прижимали. Обхватить руками ноги, прижать.

Носочками подвигали, Носки на себя, от себя поочередно.

Ножками подрыгали. Вытянуть ноги, потрясти ими.

Не хотим мы больше спать Пальчиками или ладошками показать.

Будем весело играть Хлопки в ладоши.

### **Комплекс 8**

1. И. п. - лёжа на спине, руки вдоль туловища. Поморгать глазками.

2. И. п. - лёжа на спине, руки внизу, ладони в «замок». Поднять руки вверх за голову, потянуться и сделать вдох. Вернуться в и. п. - выдох.

3. И. п. - лёжа на спине, руки вдоль туловища, голова прямо. Повернуть голову вправо, вернуть в и. п. То же влево.

4. И. п. - сидя, ноги вместе, руками упор сзади. Поднять правую ногу, согнутую в колене. Вернуться в и. п. То же левой ногой.

5. И. п. - сидя ноги вместе, руки сжаты в кулачки. Наклон вперёд, кулачками стучать по коленям произнося «тук- тук- тук». Вернуться в и. п.

6.«Часы». И. п. - сидя, руки на поясе. Со звуком «тик» выдохнуть и наклониться вперед. Со звуком «так» возвращение в и. п. - вдох.

## **ЯНВАРЬ**

### **Комплекс 9**

Мы проснулись, улыбнулись, посылнее потянулись.

Первый разик на спине, а потом на животе.

И на левом боку потянулись, и на правом боку потянулись.

Лягте на спинку и продолжаем, ноги вверх мы поднимаем и тихонько опускаем,

Правую ножку поднимем, потянем носочек, тихонько опускаем,

Левую ножку поднимем, потянем носочек, тихонько опускаем,

А теперь мы с вами, дети, поедем на велосипеде. Молодцы, отпустили ножки.

Подбородком грудь достанем, к потолку глаза подняли,

Влево, вправо посмотрели, на кровать тихо сели.

Руки в стороны подняли, крепко так себя обняли.

Наклонились, потянулись, до носочков дотянулись. Выпрямили спинки, отдохнули и еще раз наклонились, потянулись, до носочков дотянулись, выпрямили спинки.

Разбудим наши ротки, сделаем глубокий вдох,

Выдыхая, помычим «м – м – м - м», но ротик не открываем. Молодцы!

### **Комплекс 10**

1. И. П.: лежа на спине, руки вдоль туловища: быстро моргать глазами 1-2 мин.

2. И. П.: лежа на спине, руки вдоль туловища, поднять правую ногу прямую, и. п., поднять левую ногу прямую, и. п.

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

4. И. П.: лежа на спине, руки вверх, поворот туловища вправо/влево, и. п.

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

6. И. П.: сидя, ноги скрестив, руки на поясе, руки через стороны вверх вдох, выдох.

7. И. П. Сидя, скрестив ноги, руки на коленях. Наклоны к коленям — поочередно к правому, левому.

8. Игра – шутка: хвостик спрячем на подушки, делать будем мы вертушки (игры с одеялом, спрятать выдуманный хвостик под подушку).

## **ФЕВРАЛЬ**

*Кто спит в постели сладко? Давно пора вставать. Спешите на зарядку,*

*Мы вас не будем ждать! Носом глубоко дышите, Спинки ровненько держите.*

### **Комплекс 11**

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

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

3. 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).

4. 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.

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

6. И. П.: лежа на животе, руки под подбородком, прогнуться, приняв упор на предплечья, шея вытянута — вдох, выдох.

### **Комплекс 12 «Самолет»**

Пролетает самолет, с ним собрался я в полет (сидя, ноги скрестив, смотреть вверх, не поднимая головы, и водить пальцем за пролетающим самолетом, сопровождая глазами).

Правое крыло отвел, посмотрел, левое крыло отвел, поглядел. (Отвести правую руку в сторону, следить взглядом. То же движение выполняется в левую сторону).

Я моторчик завожу и внимательно гляжу (Выполнять вращательные движения перед грудью и следить взглядом).

Поднимаюсь ввысь, лечу, возвращаться не хочу (сидя на ногах, выполнять летательные движения).

Крепко зажмурить глаза на 5 сек., открыть (повторить 8-10 раз).

Мы летим, вдруг начался сильный дождь (сидя на коленях, руки за спиной, вытянуть правую руку вперед, ладонью вверх, потом левую; повтор 4-5 раз)

Но вот подул ветер (дыхательное упражнение) и прогнал тучку (вдох носом, задержать дыхание на 1-2 сек., выдохнуть через рот со звуком «у-у-у»).

И снова стало светить солнышко (сидя на коленях, поднять руки вверх, наклоны вправо-влево).

Дыхательная гимнастика: «Гребля на лодке»: сидя, ноги врозь: вдох – живот втянуть (руки вперед, выдох – живот выпятить (руки в стороны) (5-6 раз).

### **МАРТ**

*Улетели сны в окошко, убежали по дорожке,*

*Ну, а мы с тобой проснулись и, проснувшись, улыбнулись.*

*Открывай один глазок, открывай другой глазок,*

*Будем мы с тобой сейчас делать «потягушки», лежа на подушке.*

*Потянули одеяло, прячемся в него сначала,*

*Отгибаем не спеша, вместе ищем малыша.*

### **Комплекс 13**

Глазки открываются, реснички поднимаются (Легкий массаж лица.)

Дети просыпаются, друг другу улыбаются (Поворачивают голову вправо - влево.)

Дышим ровно, глубоко и свободно, и легко.

(Делают глубокий вдох и выдох, надувая и втягивая живот)

Что за чудная зарядка - как она нам помогает,

Настроенье улучшает и здоровье укрепляет. (Растирают ладонями грудную клетку и предплечья).

Крепко кулачки сжимаем, руки выше поднимаем.

(Медленно поднимают руки вверх, быстро сжимая и разжимая кулаки).

Сильно - сильно потянись. Солнцу шире улыбнись! (Вытянув руки, потягиваются)

Ножки начали плясать, не желаем больше спать (ноги сгибать по очереди к груди).

Все прогнулись, округлились, мостики получились (на четвереньках выгнуть спину).

Сделай вдох и поднимайся, к солнышку тянись (сидя на коленях потянуть вверх руки).

Опускайся, выдыхай и еще раз повторяй (повтор 4-5 раз).

Вот теперь совсем проснулись и к делам своим вернулись.

### **Комплекс 14 «Превращения»**

«Змея» (лежа на животе, поднять на вытянутых руках голову, плечи, гордо поворачивать голову вправо-влево, произнося звук «ш-ш-ш»).

«Крокодил» (лежа на животе, руки согнуты в локтях, ладони под подбородком, поочередное поднятие правой и левой ноги – огромная пасть).

«Панда» (лежа на спине, подтянуть колени к животу, обхватить руками, нагнуть голову, перекаты вперед-назад, вправо-влево – кувыркается в траве).

«Обезьянка» (лежа на спине, поднять прямую ногу, обхватить ее руками ниже колена и, перебирая руками по направлению к щиколотке, попытаться сесть – обезьянки карабкаются на дерево).

«Жираф» (Стоя на четвереньках, поднять вверх правую руку; пальцы сомкнуты, большой палец вверх, ладонь поворачивается вправо-влево. То же движение левой рукой).

### **АПРЕЛЬ**

*Чтобы голову разбудить, надо шейкой покрутить (делаем вращения).*

*Чтобы ручки разбудить, хлопать будем их учить: справа, слева, иверху, и внизу.*

*Хвостик спрячем на подушки. Делать будем мы вертушки (игры с одеялом, спрятать выдуманный хвостик под подушку).*

### **Комплекс 15 «Спортсмены»**

«Штангисты» (лежа на спине, руки к плечам, вытянуть руки вперед, пальцы сжаты в кулаки, вернуться в и. п.).

«Футболисты» (лежа на спине, колени подтянуты к животу, бить то правой, то левой ногой по воображаемому мячу, потом двумя ногами сразу).

«Гребцы» (сидя, ноги врозь, руки к плечам, наклониться, дотянуться руками до носков ног, вернуться в и. п.).

«Велосипедисты» (лежа на спине, поднятые ноги вверх поочередно сгибать и разгибать, стараясь делать круговые движения).

«Яхтсмены» (лежа на животе, руки за спиной сцеплены в замок. Поднять голову, грудь, прогнуться. Сцепленные руки поднять, как можно выше – парус).

«Борцы» — дыхательное упражнение (сидя по-турецки, глубокий вдох носом, задержка дыхания, выдох через рот).

### Комплекс 16

Встало солнышко с утра (соединяем кончики пальцев рук, изображая шар, поднимаем руки вверх). Детям тоже встать пора! (Разводим руки в стороны).

Ручки к солнышку протянем, с лучиками поиграем (Руки поднимаем вверх, вращаем кистями «фонарики», смотрим на руки).

Вдруг сквозь наши пальчики к нам прискачут зайчики (Смотрим сквозь пальцы, слегка касаясь ладошками лица).

Солнечные, не простые, зато скачут как живые: (Изображаем зайчиков: руки в кулачки, указательный и средний пальцы вверх — ушки, пошевелим «ушками»).

По лобик у височкам, по носику, по щечкам, по плечикам, по шейке,  
И даже по коленкам! (Легко постукиваем кончиками пальцев.)

Ладошками мы хлопали и зайчиков хватали (хлопаем в ладошки, хватаем,)

Но к солнышку лучистому зайчишки ускакали! (Руки поднимаем вверх, пальчики «растопыряем», вращаем кистями).

### **МАЙ**

*Солнце глянуло в кроватки, надо делать нам зарядку.*

*Одеяло мы подняли, сразу ножки побежали.*

*Раз, два, три! Ну-ка ножки догони!*

### Комплекс 17

«Покувыркаемся в траве» (лежа на спине, сгруппироваться. Подтянув ноги к груди и обхватив их руками, пригнуть голову. Выполнять перекаты вперед-назад).

«Солнце встает» (сидя по-турецки, руки вдоль туловища. Поднять руки через стороны вверх, посмотреть на руки, вдох. опустить руки, выдох).

«Радуга» (сидя по-турецки, руки в стороны ладонями вверх. Наклон в правую сторону, коснуться ладонью левой руки ладони правой, и. п. .То же в другую сторону).

«Бабочка» (сидя, ноги согнуты в коленях, руки на поясе, развести колени в стороны, вернуться в и. п.)

«Солнечные капельки» (сидя, глаза закрыты, подставляем солнышку лицо, греем носик щечки, горлышко).

«Зевота»-дыхательное упражнение (сидя, расслабиться; опустить голову, широко раскрыть рот. Вслух произнести «о-о-хо-хо-хо-о-о-о» . Повтор5-6 раз).

### **Комплекс 18 «Насекомые»**

«Стрекоза» (лежа на спине, руки вдоль туловища. Поднять руки в стороны, несколько быстрых взмахов руками. И. п.)

«Кузнечик» (лежа на животе, руки согнуты в локтях, упор около плеч. Поднять правую прямую ногу вверх, опустить. То же с левой).

«Паутинка» — дыхательное упражнение (Подуем на паутинку – глубокий вдох через нос, длительный выдох через рот).

«Паучок» (сидя, ноги согнуты в коленях, руки – в упор сзади. Приподнять таз, сделать несколько шагов вперед-назад, передвигая руки и ноги).

«Скорпиончик» (лежа на животе, руки в упоре около плеч. Выпрямляя руки, поднять голову, грудь. Согнуть ноги, тянуть к голове).

Поднимайся, детвора!

Завершился тихий час, свет дневной встречает нас.

Потянулись! Улыбнулись! Наконец - то мы проснулись!

Добрый день! Пора вставать! Заправлять свою кровать.

(проговаривать после окончания гимнастики)

## Система физкультурно - оздоровительной работы в группе

1. Утренняя гимнастика, гимнастика после сна, (ежедневно, в течении всего года), включает в себя корригирующие упражнения
  - Общеразвивающие упражнения,
  - упражнения для укрепления мышц спины (профилактика нарушений осанки)
  - упражнения для укрепления стопы, голени (профилактика плоскостопия)
  - дыхательная гимнастика
  - пальчиковая гимнастика
  - упражнения для укрепления мышц глаз (профилактика близорукости)
2. Занятия физкультурой (2 раза в неделю по подгруппам)
3. Подвижные игры на первой и второй прогулках (ежедневно).
4. Индивидуальные (с малыми подгруппами) занятия с учетом группы здоровья.
5. Самостоятельная двигательная деятельность с разными физкультурными пособиями:
6. Соблюдение температурного режима в течение дня:
7. Физкультминутки в ходе образовательной деятельности:
8. Витаминизация:
9. Проветривание, кварцевание:
10. Профилактические прививки:
11. Прогулки на свежем воздухе:
12. Воздушно –солнечные ванны:

### Тема недели на 2021-2022 учебный год

Тема недели	Итоговое мероприятие
<b>Сентябрь</b> 1 Детский сад у нас хорош (Скоро в школу мы пойдём)	Праздник «День Знаний»
2-3 Международный день распространения грамотности (Диагностическое наблюдение)	
4 Урожай собирай и на зиму запасай	Выставка детских рисунков
5 1 Загадки из сада	Выставка детского творчества
<b>Октябрь</b> 1 «Откуда хлеб на стол пришёл?»	Развлечение с чаепитием «Хлеб всему голова»
2 В мире животных (о домашних животных и птицах)	Литературно-тематическое развлечение «В мире животных»
3 «В лесном царстве» (лес, грибы)	Физкультурный досуг «Путешествие в лес»
4 Осень золотая	Праздник «Осенины на Руси»
<b>Ноябрь</b> 1 Россия – Родина моя. (День народного единства. Международный день толерантности)	Музыкально-тематическое развлечение «День народного единства»
2 Путешествуем 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 (День волонтера)	Праздник Новогодней ёлки, изготовление новогодних игрушек для детей младших групп
<b>Январь</b> 2-3 Диагностическое наблюдение «Рождественские колядки» (Областная акция «Традиции Рождества»)	«Рождественские колядки»
4 Покормите птиц зимой (зимующие птицы)	Конкурс кормушек «Покормите птиц зимой»
5 Зимовье зверей (дикие животные)	Театрализованное представление по сказкам о животных
<b>Февраль</b> 1 Животные Севера и жарких стран	Выставка детского творчества (коллаж)
2 Кем быть?	Выставка детского рисунка «Кем быть?» Смотр-конкурс детских войск «Бравые солдаты с песнею идут» для детей дошкольного возраста
3 Хочу военным быть	Праздник «День Защитника Отечества»
4 В гостях у Светофора	Физкультурный досуг «Красный, жёлтый, зелёный»
<b>Март</b> 1 Маму поздравляем	Праздник «Мамино сердце»
2 Край родной Алексеевский (обычаи и традиции) (День воссоединения Крыма и России)	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»
5 В мире К.И.Чуковского	Литературная гостиная по произведениям К.И.Чуковского
<b>Апрель</b> 1 Вестники весны (о перелётных птицах) (Всемирный день Земли)	Музыкально-тематическое развлечение «День птиц»
2 Путешествие к звёздам	Выставка детского творчества «Хочу о звёздах всё узнать и космонавтом стать»
3 Если хочешь быть здоров	Физкультурный досуг «День здоровья»
4 Как рождается книга	Презентация «Моя любимая книга»
<b>Май</b> 2-3 Диагностическое наблюдение	Участие в международной акции «Читаем детям о войне», «Георгиевская ленточка».
4 Здравствуй лето – до свидания детский сад	Праздник «Проводы в школу»