Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 99
Московского района Санкт-Петербурга

Принято на заседании
Педагогического совета
Протокол №1
от «28» августа 2019 г

«Утверждаю»
Заведующий _____ Н.С. Лохова
Приказ № 60 от «28» августа 2019г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
2 МЛАДШАЯ ГРУППА «СОЛНЕЧНЫЕ ЗАЙЧИКИ»
2019-2020 уч.год

Воспитатели: Ледовских Е.М.,1кв. к,
Симагина О.В., 1 кв.к.

Санкт-Петербург
2019

Содержание:

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка.

1.2 Цели, задачи, решаемые при реализации рабочей программы.

1.3 Принципы и подходы к формированию рабочей программы.

1.4 Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей младшей группы

1.5 Сроки реализации рабочей программы

1.6 Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы

2. Содержательный раздел

2.1 Модель планирования образовательной деятельности с детьми в неделю

2.2 Виды детской деятельности

2.3 Формы образовательной деятельности с детьми

2.4 Проектирование образовательного процесса (календарно-тематическое планирование по образовательным областям)

2.5 Формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

2.5.1. Сведения о семьях воспитанников

2.5.2. Планирование работы с родителями по месяцам года

3. Организационный раздел

3.1. Структура реализации образовательного процесса

Режимы дня (обычный, в неблагоприятную погоду)

Максимально допустимая образовательная нагрузка

Расписание проведения непосредственно образовательной деятельности

Двигательный режим

Календарно-тематическое планирование

3.2. Условия реализации образовательной программы дошкольного образования

3.2.1. Психолого-педагогические условия реализации программы

3.2.2. Способы и направления поддержки детской инициативы

3.2.3. Создание развивающей образовательной предметно-пространственной среды (по образовательным областям)

3.2.4. Система педагогической диагностики

3.2.5. Методическое обеспечение образовательного процесса

Приложение

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа младшей группы разработана в соответствии Федеральным Законом РФ от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», приказом Минобрнауки РФ от 30.08.2013г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования», приказом Минобрнауки РФ от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования», СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», утвержденными постановлением Главного санитарного врача РФ от 15.05.2013г. № 26, и на основе образовательной программы дошкольного образования, разработанной и утвержденной ГБДОУ № 99 Московского района Санкт-Петербурга.

Рабочая программа младшей группы обеспечивает систему образовательной работы с детьми 3-4 лет по реализации образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 99, определяет содержание и организацию образовательного процесса в соответствии с основными направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях: социально-личностное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие, а также с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

1.2. Цели и задачи, решаемые при реализации рабочей программы

Цели и задачи деятельности при реализации рабочей программы младшей группы определены:

 с учетом анализа результатов образовательной деятельности за предшествующий год, индивидуальными особенностями и возможностями воспитанников:

 с учетом приоритетного направления – осуществления познавательно-речевого развития воспитанников, потребностей родителей воспитанников дошкольного образовательного учреждения.

Цели:

 создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства;

 формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие личности ребенка, его психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями;

 подготовка к жизни в современном обществе;

 обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Задачи:

 Продолжать укреплять и сохранять здоровье детей.

 Воспитывать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания. Развивать общую и мелкую моторику.

 Развивать восприятие, внимание, память детей.

 Продолжать развивать речь детей. Расширять их словарный запас, совершенствовать грамматическую структуру речи. Учить понимать речь взрослых без наглядного сопровождения. Добиваться того, чтобы к концу третьего года жизни речь стала полноценным средством общения детей друг с другом.

 Формировать предпосылки сюжетно-ролевой игры.

 Формировать у детей опыт поведения в среде сверстников. Воспитывать чувство симпатии к сверстникам, любовь к родителям и близким людям.

Развивать художественное восприятие детей, воспитывать отзывчивость на музыку и пение, доступные их пониманию произведения изобразительного искусства, литературы.

1.3 Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Рабочая программа младшей группы построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребенку, уважения его личности и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и личностных качеств детей.

Рабочая программа младшей группы:

 соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

 сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;

 соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности;

 обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию 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.

1.4. Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей младшей группы

Возрастные особенности детей 3-4 лет

Младший возраст - важнейший период в развитии дошкольника. В это время происходит переход малыша к новым отношениям со взрослыми, сверстниками, с предметным миром. В раннем возрасте ребенок многому научился: он освоил ходьбу, разнообразные действия с предметами, у него успешно развивается понимание речи и активная речь, малыш получил ценный опыт эмоционального общения со взрослыми, почувствовал их заботу и поддержку. Все это вызывает у него радостное ощущение роста своих возможностей и стремление к самостоятельности, к активному взаимодействию с окружающим миром. Психологи обращают внимание на «кризис трех лет», когда младший дошкольник, еще недавно такой покладистый, начинает проявлять нетерпимость к опеке взрослого, стремление настоять на своем требовании, упорство в осуществлении своих целей. Это свидетельствует о том, что прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления малышу большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием. Важно понять, что характерное для ребенка третьего года жизни требование «я - сам»

прежде всего отражает появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень его возможностей. Поэтому задача взрослого - поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать веру ребенка в собственные силы, высказывая нетерпение по поводу его медленных и неумелых действий. Главное в работе с младшими дошкольниками состоит в том, чтобы помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности. Доверие и привязанность к воспитателю - необходимые условия хорошего самочувствия и развития ребенка в детском саду. Младший дошкольник особенно нуждается в материнской поддержке и заботе воспитателя. В течение дня педагог должен к каждому ребенку проявить свое доброе отношение: приласкать, назвать ласковым именем, погладить. Ощутив любовь воспитателя, младший дошкольник становится более общительным. Он с удовольствием подражает действиям взрослого, видит во взрослых неиссякаемый источник новых игр, действий с предметами. К концу младшего дошкольного возраста начинает активно проявляться потребность в познавательном общении со взрослыми, о чем свидетельствуют многочисленные вопросы, которые задают дети. Развитие самосознания и выделение образа «Я» стимулируют развитие личности и индивидуальности. Малыш начинает четко осознавать, кто он и какой он. Внутренний мир ребенка начинает наполняться противоречиями: он стремится к самостоятельности и в то же время не может справиться с задачей без помощи взрослого, он любит близких, они для него очень значимы, но он не может не злиться на них из-за ограничений свободы. По отношению к окружающим у ребенка формируется собственная внутренняя позиция, которая характеризуется осознанием своего поведения и интересом к миру взрослых.

Как и в раннем возрасте, в 3-4 года преобладает воссоздающее воображение, т. е. ребенок способен лишь воссоздать образы, почерпнутые из сказок и рассказов взрослого. Большое значение в развитии воображения играет опыт и знания ребенка, его кругозор. Для детей этого возраста характерно смешение элементов из различных источников, смешение

реального и сказочного. Фантастические образы, возникающие у малыша, эмоционально насыщены и реальны для него. Память дошкольника 3-4-х лет непроизвольная, характеризуется образностью. Преобладает узнавание, а не запоминание. Хорошо запоминается только то, что было непосредственно связано с его деятельностью, было интересно и эмоционально окрашено. Тем не менее, то, что запомнилось, сохраняется надолго. Ребенок не способен длительное время удерживать свое внимание на каком-то одном предмете, он быстро переключается с одной деятельности на другую. В эмоциональном плане сохраняются те же тенденции, что и на предыдущем этапе. Характерны резкие перепады настроения. Эмоциональное состояние продолжает зависеть от физического комфорта. На настроение начинают влиять взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Поэтому характеристики, которые ребенок дает другим людям, очень субъективны. Тем не менее, эмоционально здоровому дошкольнику присущ оптимизм. В 3-4 года дети начинают усваивать правила взаимоотношений в группе сверстников, а затем косвенно контролироваться взрослыми. Ребенок трех-четырех лет уверенно ходит, координирует движения рук и ног при ходьбе, воспроизводит разнообразные другие движения. Он умеет правильно держать карандаш, проводит горизонтальные и вертикальные линии, осваивает изобразительные умения. Ребенок владеет разнообразными действиями с предметами, хорошо ориентируется в различении таких форм, как круг, квадрат, треугольник, объединяет предметы по признаку формы, сравнивает их по размеру (по длине, ширине, высоте). Он активно стремится к самостоятельности, уверенно осваивает приемы самообслуживания и гигиены. С удовольствием самостоятельно повторяет освоенные действия, гордится своими успехами. В играх ребенок самостоятельно передает несложный сюжет, пользуется предметами-заместителями, охотно играет вместе со взрослым и детьми, у него есть любимые игры и игрушки. Он умеет заводить ключиком механическую игрушку, составлять игрушки и картинки из нескольких частей, изображать в игре зверей и птиц. Ребенка отличает высокая речевая активность; его словарь содержит все части речи. Он знает наизусть несколько стихов, потешек, песенок и с удовольствием их повторяет. Ребенок живо интересуется окружающим, запас его представлений об окружающем непрерывно пополняется. Он внимательно

присматривается к действиям и поведению старших и подражает им. Ему свойственны высокая эмоциональность, готовность самостоятельно воспроизводить действия и поступки, одобряемые взрослыми. Он жизнерадостен и активен, его глаза с неиссякаемым любопытством вглядываются в мир, а сердце и ум открыты для добрых дел и поступков.

1.5. Сроки реализации рабочей программы

Рабочая программа рассчитана на учебный год (9 месяцев- 36 недель)

Режим работы младшей группы - пятидневный, с 7.00 до 19.00, с 12-часовым пребыванием детей в учреждении; выходные дни – суббота, воскресенье.

1.6. Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы

Рабочая программа младшей группы обеспечивает достижение воспитанниками результатов освоения образовательной программы дошкольного образования, установленных в виде целевых ориентиров дошкольного образования, обозначенных в ФГОС ДО.

Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы определяются в соответствии с реализуемой образовательной программой дошкольного образования, возрастом детей, индивидуальными особенностями и возможностями каждого воспитанника.

Ребенок должен:

 интересоваться окружающими предметами и активно действовать с ними;

 быть эмоционально вовлеченным в действия с игрушками и другими предметами;

 стремиться проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;

 использовать специфические, культурно фиксированные предметные действия;

 знать названия бытовых предметов (ложка, расческа, карандаш и пр.) и уметь пользоваться ими;

 владеть простейшими культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания;

 стремиться проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;

 владеть активно речью: включенной в общение, обращаться с вопросами и просьбами, понимать речь взрослых, знать названия окружающих предметов и игрушек;

 проявлять интерес к стихам, песням, сказкам, рассматривать картинки, стремиться двигаться под музыку, эмоционально откликаться на различные произведения культуры и искусства;

 у ребенка должна быть развита общая моторика, он должен стремиться осваивать различные виды движений (бег, лазание, перешагивание и пр.).

2. Содержательный раздел

Специфика организации образовательной деятельности младшей группы определяется индивидуальными особенностями развития детей и основными принципами построения психолого-педагогической работы по пяти образовательным областям:

 социально-коммуникативное развитие

 познавательное развитие

 речевое развитие

 художественно-эстетическое развитие

 физическое развитие

В основу построения образовательного процесса положен комплексно-тематический принцип, предусматривающий объединение комплекса различных видов специфических детских деятельностей вокруг единой «темы», с приоритетным использованием метода проектной деятельности.

2.1. Модель планирования образовательной деятельности с детьми в неделю

Непосредственно образовательная деятельность	
Вид образовательной деятельности	Периодичность проведения в течение недели
Познавательное развитие	1 раз
Речевое развитие (развитие речи)	1 раз
Художественно-эстетическое развитие: - рисование - лепка - аппликация - музыкально-художественная деятельность	 1 раз 1 раз в 2 недели 1 раз в 2 недели 2 раза
Физическое развитие	3 раза

(физическая культура)	
Образовательная деятельность в ходе режимных моментов	
Утренняя гимнастика	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно
Ситуативные беседы при проведении режимных моментов	ежедневно
Поручения	ежедневно
Прогулка (дневная, вечерняя)	ежедневно
Совместная образовательная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей	
Групповая, подгрупповая	ежедневно
Индивидуальная	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей	
Игровая деятельность	ежедневно
Самостоятельная деятельность в уголках развития	ежедневно

2.2. Виды детской деятельности:

- игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры; - коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками);

- познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними);

- восприятие художественной литературы и фольклора;

- самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице);

- конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал;

- изобразительная (рисование, лепка, аппликация);

- музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах);

- двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

2.3. Формы образовательной деятельности с детьми

Образовательные области	Формы образовательной деятельности с детьми
Социально – коммуникативное **Развитие**	- игровое упражнение - игра - беседа - наблюдение - рассматривание наглядного материала - чтение художественной литературы - педагогическая ситуация - праздник - досуги, развлечения - экскурсия - ситуация морального выбора - поручение - дежурство - просмотр мультфильмов, видеофильмов
Познавательное развитие	- игра - игровые упражнения - чтение художественной литературы - рассматривание наглядного материала - наблюдение - игра-экспериментирование. - исследовательская деятельность - развивающая игра - экскурсия - рассказ педагога

Образовательные области	Формы образовательной деятельности с детьми
	- интегративная деятельность - беседа
Речевое развитие	- чтение художественной литературы - игра, игровое упражнение - игровая ситуация - рассматривание иллюстраций - рассматривание предметных, сюжетных картинок - дидактическая игра - ситуация общения -беседа (в том числе в процессе наблюдения за объектами природы, трудом взрослых). - интегративная деятельность - разучивание потешек, стихотворений - игра-драматизация - рассказ педагога
Художественно – эстетическое **Развитие**	- рассматривание эстетически привлекательных предметов - игра - игровые упражнения - организация выставок творческих работ - конструирование - слушание соответствующей возрасту народной, классической, детской музыки - экспериментирование со звуками - музыкально-дидактическая игра - музыкальные игры - танцевальные движения

Образовательные области	Формы образовательной деятельности с детьми
	- совместное пение
Физическое **Развитие**	- игровая беседа с элементами движений -игра - игровые упражнения - физические упражнения - утренняя гимнастика - интегративная деятельность - показ - рассматривание наглядного материала - ситуативный разговор - беседа - рассказ - чтение художественной литературы

2.4. Проектирование образовательного процесса (календарно-тематическое планирование по образовательным областям) на 2019-2020 учебный год

Тема: «Здравствуй, детский сад!» (детский сад, дружба)
Сроки: сентябрь
Содержание: Расширение представлений о дружбе, жизни в детском саду, умение вызывать у детей симпатию к сверстникам. Формирование представлений о помещениях детского сада.
Воспитание уважения к людям, умеющим вести себя правильно в общественных местах, вызвать желание подражать им.
Воспитание чувства сострадания и милосердия.
Итоговое мероприятие: Коллективный коллаж «Мои лесные друзья»
Участники: коллектив группы, воспитатели, специалисты, родители

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность: «Что такое хорошо и что такое плохо»; День без автомобилей (всероссийская акция). Для чего нужна физкультура? Конструирование: «Что у ежика в иголках? -Листочки, ягоды, грибы»	Коммуникативная деятельность: «Здравствуй, дядя Стёпа!» развлечение; «Настроение бывает разным»; Экскурсия по детскому саду; Как правильно раздеваться в раздевалке. Самообслуживание и элементарный бытовой навык.	Изобразительная деятельность: Рисование «Какие бывают цветы?» Музыкальная деятельность: Совместное и индивидуальное умение двигаться под музыку. Чтение художественной литературы: Потешки «Водичка-водичка…», «Улитка, улитка…».	Двигательная деятельность: комплексы гимнастики, подвижные игры, игры с мячом, активные двигательные прогулки.	Развитие речи: «Кто у нас хороший, кто у нас пригожий». Чтение стихотворения С. Черного «Приставалка» - беседы о том, что каждый из ребят замечательный ребенок. Беседы о правилах поведения в детском саду.

Тема: «Дары осени»
Сроки: 1-4 неделя октября (овощи, фрукты, дары леса).
Содержание: Знакомства с временем года осень. Закрепление представлений о фруктах, овощах, грибах, их пользе.
Закрепление представлений о лесе, огороде, о безопасности в лесу.
Итоговое мероприятие: Осенний праздник, выставка поделок из природного материала.
Участники: коллектив группы, воспитатели, специалисты, родители.

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность. «Собираем урожай» «Что такое фрукты и овощи» «Что такое лес и огород» Безопасность в лесу. Конструирование сад и огород	Коммуникативная деятельность: деятельность «Продавец овощного магазина» «Кафе мороженое». Театрализованная деятельность «Наш огород» Сбор природного материала для поделок	Изобразительная деятельность: Рисование «Яблочки» Лепка / аппликация «Овощи на грядке» Музыкальная деятельность: осенний праздник. Чтение художественной литературы.	Двигательная деятельность: гимнастические упражнения, комплексы гимнастик. Пальчиковая гимнастика «Апельсин» «капуста» Подвижные игры «Кабачок».	Речевое развитие: Отгадывание загадок об овощах и фруктах, дифференциация овощей и фруктов.

Тема: «Животные»
Сроки: 1-2 неделя ноября (домашние и дикие животные)
Содержание: Знакомства с домашними и дикими животными. Их отличительные особенности. Повторение названий детенышей.
Итоговое мероприятие: театрализованная постановка «Животные»
Участники: коллектив группы, воспитатели, специалисты, родители.

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность. «Домашние животные» «Дикие животные» Исследовательская деятельность «Кто в лесу живет», «Кто из животных может жить у нас дома» Конструирование «Зоопарк»	Коммуникативная деятельность: «Сюжетно-ролевая деятельность «Продавец билетов в цирк». Театрализованное разыгрывание ситуации и отличительных особенностей животных, Игра "Кто это?"	Изобразительная деятельность: Рисование «Животные (цыпленок, зайка, медведь)» Лепка / аппликация «Животные» Музыкальная деятельность: Совместное и индивидуальное исполнение песен, хороводные игры.	Двигательная деятельность: гимнастические упражнения, комплексы гимнастик. Активные – двигательные прогулки	Речевое развитие: Беседы об отличительных признаках животных, о названиях детенышей и членов семей разных животных. Чтение художественной литературы.

Тема: «Мой дом, моя семья»

Сроки: 3-4 неделя ноября

Содержание: формирование представлений о семье, доме, домашней мебели.

Формирование представлений детей: о себе, как о человеке (имя, возраст), о собственной принадлежности к членам своей семьи. о составе своей семьи.

Формирование гендерной принадлежности детей. Развитие интереса к деятельности взрослых. Воспитание эмоциональной отзывчивости на состояние близких людей.

Итоговое мероприятие: Фотовыставка «Это я и моя семья»

Участники: коллектив группы, воспитатели, специалисты, родители.

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность: Детский сад наш общий дом. Девочки и мальчики. «Моя семья. Я люблю свой дом и те, кто в нем» День матери. Конструирование «мой дом»	Коммуникативная деятельность: Сюжетно-ролевая деятельность «Семья» В гостях у Мамы Маши. День рождение. В помощь маме. Самообслуживание и бытовой труд. Наведем порядок в кукольном уголке.	Изобразительная деятельность: Рисование «Дом в котором я живу» Лепка / аппликация. Музыкальная деятельность: Разучивание песен о маме. Чтение художественной литературы.	Двигательная деятельность: гимнастические упражнения, комплексы гимнастик. Речь и движение «Строим дом»	Речевое развитие: Интервью о членах своей семьи. Беседа «Мамины профессии»

Тема: «Зимушка-красавица» (зимние приметы, забавы, зимующие птицы).
Сроки: 1-4 неделя декабря
Содержание: Формирование представлений о зимних явлениях природы, зимующих птицах. Побуждение детей к проявлению творчества в активной деятельности детей.
Итоговое мероприятие: Новогодний праздник, конкурс «Елочная игрушка», «Украшение интерьера», «Новогодняя открытка»
Участники: коллектив группы, воспитатели, специалисты, родители.

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность: «Особенности зимы» Рассматривание иллюстраций на тему «Зима» Зимующие птицы. Безопасное поведение зимой. Как нужно одеваться зимой. Конструирование: сооружение зимних построек на участке.	Коммуникативная деятельность: Сюжетно-ролевая деятельность: Я встречаю гостей. Как вести себя в гостях. Уборка снега на участке. Изготовление кормушек для птиц	Изобразительная деятельность: Изготовление подарков к новогоднему празднику. Изготовление зимних открыток. Музыкальная деятельность. Разучивание песен о зиме. Чтение художественной литературы «зимушка-красавица»	Двигательная деятельность: гимнастические упражнения, комплексы гимнастик. Активные – двигательные прогулки. Пальчиковая гимнастика	Речевое развитие: Птичья столовая. Составление рассказов «Игры зимой» животных. Беседа «Как я помогаю птицам». .

Тема: «Зима»
Сроки: 2-4 неделя января
Содержание: Расширять представления детей о зиме. Развивать умение вести сезонные наблюдения, замечать красоту зимней природы.
Итоговое мероприятие: Выставка детского творчества «Зима на дворе»
Участники: коллектив группы, воспитатели, специалисты, родители.

Тема: «Моя родина -Россия»
Сроки: 1-3 неделя февраля
Содержание: Знакомство детей с военными профессиями, с флагом России. Осуществлять гендерное воспитание. Приобщать к русской культуре.
Итоговое мероприятие: Выставка детского творчества. Оформление поздравлений.

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность: Расширение представлений о зиме, сезонных изменениях, исследование свойств снега и льда	Коммуникативная деятельность: Сюжетно-ролевая деятельность. Самообслуживание и элементарно бытовой труд на участке.	Изобразительная деятельность: Изготовление открыток с зимними сюжетами. Музыкальная деятельность: Совместное и индивидуальное исполнение песен, хороводные игры. Чтение поэзии и художественной литературы.	Двигательная деятельность: гимнастические упражнения, комплексы гимнастик. Активные – двигательные прогулки	Речевое развитие: Беседы о зимних видах спорта

Участники: коллектив группы, воспитатели, специалисты, родители.

Тема: «8 марта»
Сроки: 4 неделя февраля-1 неделя марта
Содержание: Формировать представления о празднике 8 марта, о профессиях мам и бабушек.
Итоговое мероприятие: Праздник 8 марта. Выставка детского творчества.
Участники: коллектив группы, воспитатели, специалисты, родители.

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность: «Мы живем в России» «Что такое армия» Рассматривание и знакомство с флагом России. Знакомство с военными профессиями.	Коммуникативная деятельность: Сюжетно-ролевая деятельность «Летчик», «Моряк» Самообслуживание и элементарно бытовой труд на участке.	Изобразительная деятельность: Изготовление праздничных открыток для пап и дедушек Музыкальная деятельность: Совместное и индивидуальное исполнение песен, хороводные игры. Чтение поэзии и художественной литературы.	Двигательная деятельность: гимнастические упражнения, комплексы гимнастик. Активные – двигательные прогулки	Речевое развитие: «Что делают солдаты» - беседа «Профессия моего папы» «Что нужно делать, чтобы вырасти здоровым и сильным?»

Тема: «Знакомство с народной культурой и традициями»
Сроки: 2-4 неделя марта
Содержание: расширять представления о народной игрушке. Знакомство с народными промыслами. Привлечение к созданию узоров дымковской росписи. Итоговое мероприятие: Фольклорный праздник

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность: «Праздник бабушек и мам?», «Мамы разные нужны», «Никого дороже нет» Конструирование: «Наш дом»	Коммуникативная деятельность: Сюжетно-ролевая деятельность «Семья» Самообслуживание и элементарно бытовой труд	Изобразительная деятельность: Рисование изготовление открыток для поздравления бабушек и мам Музыкальная деятельность: пение песен о весне, мамах, бабушках. Игры и танцы. Чтение художественной литературы. Г. Дымина «Мама»	Двигательная деятельность: гимнастические упражнения, комплексы гимнастик. Активные – двигательные прогулки П/и «бусы» «мышеловка» Пальчиковые игры «Хозяюшка»	Речевое развитие: беседа «Моя мама», «Что я маме пожелаю» Что мы делаем на праздник 8 марта.

Тема: «Весна»

Сроки: 1-3 неделя апреля
Содержание: Расширять представления детей о весне. Развивать умение вести сезонные наблюдения, замечать красоту природы. Конкретизация представлений.
Итоговое мероприятие: Выставка детского творчества «К нам весна шагает быстрыми шагами»

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность: «Народное творчество» «Дымковская игрушка» Конструирование «Игрушки народов мира» Рассматривание иллюстраций.	Коммуникативная деятельность: Сюжетно-ролевая деятельность «Семья» Театрализованное разыгрывание ситуации «Ярмарка» Русские народные игры. Самообслуживание и элементарный бытовой труд	Изобразительная деятельность: Рисование «Дымковская роспись» Лепка / аппликация «Игрушки» Музыкальная деятельность: Совместное и индивидуальное исполнение песен, хороводные игры. Чтение художественной литературы.	Двигательная деятельность: гимнастические упражнения, комплексы гимнастик. Активные – двигательные прогулки	Речевое развитие: Беседы о отличительных признаках дымковской игрушки. Беседа «Бережем природу» Безопасное поведение на улице

Участники: коллектив группы, воспитатели, специалисты, родители.

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность. «Весна пришла» «Рассматривание иллюстраций» Весенние приметы, перелетные птицы. Конструирование: скворечник	Коммуникативная деятельность: Сюжетно-ролевая деятельность «Парикмахерская» Цветочный магазин» Театрализованное разыгрывание ситуации «Весна пришла» Самообслуживание и элементарный бытовой труд на участке.	Изобразительная деятельность: Рисование «Цветы» аппликация / лепка «Первоцветы» Музыкальная деятельность: Совместное и индивидуальное исполнение песен, хороводные игры.	Двигательная деятельность: гимнастические упражнения, комплексы гимнастик. Активные – двигательные прогулки	Речевое развитие: Беседы о отличительных признаках весны. Придумывание историй о весне.

Тема: «День Победы»
Сроки: 4 неделя апреля-1 неделя мая
Содержание: Осуществлять патриотическое воспитание. Воспитывать любовь к Родине. Формировать представления о празднике посвященном Дню победы.
Участники: коллектив группы, воспитатели, специалисты, родители.

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность: «9 мая», «Наши герои». Рассматривание: фото, картин, иллюстраций, презентации. Конструирование: «Военная техника»	Коммуникативная деятельность: Сюжетно-ролевая деятельность «Летчики», «Моряки» игровая ситуация «Парад» Самообслуживание и элементарный бытовой труд.	Изобразительная деятельность: Рисование «Поздравительные открытки» аппликация. Оформление группы. «Музыкальная деятельность: Совместное и индивидуальное исполнение песен, прослушивание песен, хороводные игры. Чтение художественной литературы. Писатели и поэты ВОВ	Двигательная деятельность: гимнастические упражнения, комплексы гимнастик. Активные – двигательные прогулки	Речевое развитие: о каких героях я знаю. Мои бабушка и дедушка.

Тема: «Здравствуй лето»
Сроки: 2 – 4 неделя мая
Содержание: Расширять представления детей о лете. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями природы, вести сезонные наблюдения.
Итоговое мероприятие: Спортивный праздник. Выставка детского творчества.
Участники: коллектив группы, воспитатели, специалисты, родители.

Образовательные области	Познавательное развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно-эстетическое	Физическое развитие	Речевое развитие
Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность: «Лето» Рассматривание иллюстраций Конструирование: летний домик.	Коммуникативная деятельность: Сюжетно-ролевая деятельность «Семья» Театрализованное разыгрывание ситуации «На даче» Самообслуживание и элементарный бытовой труд на участке.	Изобразительная деятельность: Рисование Аппликация / лепка «Божья коровка» Музыкальная деятельность: Совместное и индивидуальное исполнение песен, хороводные игры.	Двигательная деятельность: гимнастические упражнения, комплексы гимнастик. Активные – двигательные прогулки	Речевое развитие: Беседы о отличительных признаках лета. Придумывание историй о лете. Воспоминания о прошлом лете.

2.5. Формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

2.5.1. Сведения о семьях воспитанников группы младшего возраста

ХАРАКТЕРИСТИКА ГРУППЫ

<table>
<tr><td colspan="3">Количество воспитанников в группе:</td><td colspan="5">27 человек</td></tr>
<tr><td colspan="3">Возраст воспитанников:</td><td colspan="5">3-4 года</td></tr>
<tr><td colspan="8">Количество:</td></tr>
<tr><td colspan="2">Мальчиков:</td><td colspan="2">11 человек</td><td colspan="2">Девочек:</td><td colspan="2">16 человек</td></tr>
<tr><td colspan="8">Группы здоровья (количество детей):</td></tr>
<tr><td>I:</td><td></td><td>II:</td><td></td><td>III:</td><td></td><td>IV:</td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">Часто болеющих:</td><td colspan="6">4</td></tr>
<tr><td colspan="2">праворукие:</td><td colspan="6">27</td></tr>
<tr><td colspan="2">леворукие</td><td colspan="6">-</td></tr>
</table>

ХАРАКТЕРИСТИКА СЕМЕЙ ВОСПИТАННИКОВ

Полных семей:	23
Неполных семей:	4
Многодетных семей:	2
Семей, где ребенок воспитывается опекунами:	-
Семей военнослужащих:	1
Проблемных семей:	-

2.5.2. Планирование работы с родителями по месяцам года

Дата	Тема групповых и индивидуальных консультаций	Наглядная информация	Родительское собрание	Другие формы работы
Сентябрь	Адаптация ребенка к новым условиям детского сада	Размещение информации о режиме дня, распределении НОД в детском саду и т.д. «Режим – всему начало!»	Знакомство родителей с укладом жизни ДОУ. Советы по адаптации ребенка	Анкетирование Беседы

Дата	Тема групповых и индивидуальных консультаций	Наглядная информация	Родительское собрание	Другие формы работы
		«Знакомство с сентябрем»		
Октябрь	«Совместный труд ребенка и взрослого»	Основы ЗОЖ у ребенка 3 лет. «Знакомство с октябрем»		Консультации Беседы Конкурс поделок из природного материала «Осенние дары»
Ноябрь	«Хвалить или ругать – вот в чем вопрос»	Артикуляционная гимнастика в домашних условиях Рекомендации по домашнему чтению. Знакомство с ноябрем.		Консультации Беседы
Декабрь	«Зима пришла с морозами… Как одеть ребенка?» Пожарная безопасность в новогодние праздники	«Зимние игры и развлечения» «Зимние виды спорта в 3-4 года» Знакомство с декабрем	«На пороге новый год» - посвящение родителей в детали подготовки новогоднего праздника в ДОУ	«Нашу елку украсим мы сами!» - изготовление новогодних украшений детьми и родителями
Январь	«Не жадина, а собственник»	Развитие мелкой моторики в домашних условиях Гимнастика для глаз дома		Беседы консультации

Дата	Тема групповых и индивидуальных консультаций	Наглядная информация	Родительское собрание	Другие формы работы
	Как научить ребенка самостоятельно одеваться?	Знакомство с январем		
Февраль	О важности зимних прогулок	Оформление стенгазеты к 23 февраля «Широкая масленица!» Знакомство с февралем		Совместное изготовление куколок-масленицдетьми и родителями Выставка
Март	«Бывают ли правильные и неправильные игрушки?»	Оформление стенгазеты к 8 марта. Знакомство с мартом и весной.	«Чтоб ребенок рос здоровым!» Соматическое и психологическое состояние ребенка – залог его успешности.	Анкетирование на тему ЗОЖ Консультации Беседы
Апрель	«Ребенок и компьютерная техника – современный подход»	«Что такое эмпатия?» «Особенности развития речи на 3-4-м годах жизни ребенка» Знакомство с апрелем		Консультации Беседы
Май	«Ребенок и	Знакомство с маем.	«До встречи в следующем	Анкетирование о

Дата	Тема групповых и индивидуальных консультаций	Наглядная информация	Родительское собрание	Другие формы работы
	дорога» (соблюдение ПДД, необходимость использования автокресла и т.д.)	Растения полезные и опасные. Внимание – насекомые! Комнатные растения в детской.	году!»	впечатлениях родителей от первого года в детском саду Консультации Беседы

3. Организационный раздел

3.1. Структура реализации образовательного процесса

Режим дня в дошкольном образовательном учреждении

Холодный период года

Режимные моменты	**Время**
Приём, осмотр, игры, дежурство	7.00 -8.20
Утренняя гимнастика	8.2 0-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак, игры	8.25 -8.50
Подготовка к занятиям	8.55-9.00
Занятия	9.00-9.40
Игры, подготовка к прогулке, **прогулка (игры, наблюдения, труд)**	9.40-10.40 10.40 -11.50
Возвращение с прогулки, игры	11.50-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъём, воздушно-водные процедуры	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Занятия, кружки, развлечения	15.50-16.05
Игры, труд, индивидуальная работа	15.50-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой	16.50-19.00

Режим дня

Тёплый период года

Режимные моменты	**Время**
Утренний приём, игры	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.15 - 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20- 8.55
Игры, подготовка к прогулке, занятиям и выход на прогулку	8.55-9.15
Занятия на участке	9.20-9.35
Игры, наблюдения, воздушные, солнечные ванны, труд	9.40-11.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.40-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъём, оздоровительная гимнастика	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	15.50 -16.50
Игры, досуг, наблюдения на участке, уход детей домой	16.50 -19.00

Максимально допустимая образовательная нагрузка

(непосредственно образовательная деятельность - НОД)

(в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13, утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26)

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в день	Продолжительность НОД	Количество образовательных занятий в день	Количество образовательных занятий в неделю	Перерывы между периодами НОД
до 30 мин.	до 15мин.	2	10	не менее 10 мин.

Примечание: в середине занятий статического характера проводится физкультминутка.

Расписание проведения непосредственно образовательной деятельности

Примерное

Распределение организованной образовательной деятельности с детьми 2-ой младшей группы «Солнечные зайчики» на 2019-2020 учебный год

День недели	Первая половина дня	Вторая половина дня
Понедельник		
Вторник		
Среда		
Четверг		
Пятница		

Режим двигательной активности детей общеобразовательной группы «Солнечные зайчики» на 2019-2020 учебный год

	Регламентированная деятельность							Частично-регламентированная деятельность		Не регламентированная деятельность	Итого	%
Виды деятельности	Утренняя гимнастика	Физическая культура		Динамические перемены	Физ. минутки	Бодрящая гимнастика после дневного сна.	Прогулка (I и II пол. дня)	Музыкальный вечер развлечений	Подвижные игры в помещение и на воздухе	Самостоятельная двигательная деятельность		
понедельник	6 мин.	15 мин		10 мин.	2 мин.	5 мин	4ч.	15 мин	20 мин.	3ч. 55 мин.	9ч.13мин	63
вторник	6 мин.	15 мин		10 мин.	2 мин.	5 мин	4ч.	15 мин	20 мин.	3ч. 35 мин.	8ч.58мин	60,2
среда	6 мин.			10 мин.	2 мин.	5 мин	4ч.	15 мин	20 мин.	3ч. 35 мин.	8ч.33мин	58
четверг	6 мин.	15 мин		10 мин.	2 мин.	5 мин	4ч.		20 мин.	3ч. 55 мин.	8ч.58мин	60,2
пятница	6 мин.			10 мин.	2 мин.	5 мин	4ч.		20 мин.	3ч. 35 мин.	8ч.18мин	57,2

3.2 Условия реализации образовательной программы дошкольного образования

3.2.1. Психолого-педагогические условия реализации программы:

 уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

 использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

 построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

 поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;

 поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;

 возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

 защита детей от всех форм физического и психического насилия.

3.2.2. Способы и направления поддержки детской инициативы

Направления работы	Условия поддержки детской инициативы
Развитие самостоятельности	Организация вариативной предметно-развивающей среды: сменяемость предметно-пространственной среды в соответствии с интересами детей и темами проектов не реже, чем 1 раз в несколько недель.
Развитие свободной игровой деятельности	Игровая среда постоянно обновляется в соответствии с текущими интересами и инициативами детей. Игровое оборудование разнообразно и легко трансформируется. Возможность участия детей в создании и обновлении игровой среды. Косвенное руководство игрой через предложение способов реализации детских идей.
Развитие познавательной деятельности	Использование метода проектной деятельности в образовательной работе с детьми. Предметно-развивающая среда наполнена современными материалами (конструкторы, материалы для формирования сенсорики, наборы для экспериментирования и пр.)
Творческое самовыражение художественными средствами	Наличие в образовательной среде разнообразных материалов, обеспечивающих возможность заниматься разными видами деятельности: рисунком, лепкой, игрой на музыкальных инструментах, пением, конструированием. Создание педагогом атмосферы принятия и поддержки во время занятий детьми творческими видами деятельности. Проведение инструктажа по технике безопасности при пользовании красками, клеем, ножницами и другим инвентарем во время занятий детьми творческими видами деятельности. Поддержка детской инициативы в воплощении замысла и в выборе необходимых для этого средств. Оказание помощи и поддержки в овладении необходимыми для реализации творческого замысла техническими навыками. Организация выставок продуктов детского творчества в группах и в помещениях дошкольного учреждения.
Развитие двигательной активности	Организация предметно-развивающей среды: игровое и физкультурное оборудование, трансформируемое игровое пространство (как на площадке, так и в помещении), которое меняется в зависимости от игры и обеспечивает достаточно места для двигательной активности.

3.2.3. Создание развивающей образовательной предметно-пространственной среды

Речевое развитие	Картинки, наглядно-дидактические пособия «Развитие речи в детском саду» В.В Гербова. Картинки серии окружающий мир С. Вохринцева «Времена года». Настольная игра для развития речи «Кто это такой». загадки и стихотворения. книжное оснащение группы. Картинки серии «Расскажите детям». Оснащение театрального уголка.
Познавательное развитие	Дидактические игры: Блоки Дьенеша, палочки Кюизенера, Смекалочка, парочки, цвета, семья (из серии мини игры на столе). Настольный конструктор: город, Лего «Зоопарк». Пазлы, Дидактические игры по валеологии «Я и мое тело» Здоровый малыш. Природный уголок (шишки, цветы, ракушки, различные сыпучие материалы, кора деревьев)
Художественно-эстетическое развитие	Дидактические пособия «Дымковская игрушка» «Элементы декора», демонстрационный материал (матрешки, дымковские игрушки и др.). Материал для творчества: пластилин, краски, картон, бумага, альбомы, мелованная доска, мелки (восковые), карандаши, раскраски, кисти, фломастеры, непроливашки, палитра, наглядные пособия (картины, живой материал).
Физическое развитие	Коврики, кегли, скакалки, веревки, беговая дорожка, желуди, крышечки, пуговки, мешочки, мячи, мячики, развивающие моторику, клюшки, комплекс игр и гимнастик после сна.
Социально-коммуникативное	Настольный театр. Домино, иллюстрации по ПДД, уголок ПДД, пособия для сюжетно ролевых игр.

3.2.4. Система педагогической диагностики

Реализация рабочей программы второй младшей группы «Солнечные зайчики», основанной на программе «От рождения до школы», предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе: коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта, принятия совместных решений, разрешения конфликтов, лидерства и пр.); игровой деятельности; познавательной деятельности (как идет развитие детских способностей, познавательной активности); проектной деятельности (как идет развитие детской инициативности, ответственности и автономии, как развивается умение планировать и организовывать свою деятельность); художественной деятельности; физического развития.

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:
- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.
В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

Приложение 1

Региональный компонент – петербурговедение

Образовательный процесс в дошкольном учреждении имеет свои специфические особенности, связанные с отличительными особенностями развития Санкт-Петербурга.

Национально-культурные особенности города

Санкт-Петербург — город многонациональный, поэтому одно из приоритетных направлений педагогического процесса — воспитание толерантного отношения к людям других национальностей, знакомство с мировой и национальной культурой нашей Родины.

Символическое название города – культурная столица, т.к. в городе работают более 70 театров и творческих коллективов. В связи с этим детский сад сотрудничает с Детским театром, Детской библиотекой.

Климатические особенности города

Климат Санкт-Петербурга характеризуется умеренно-теплым влажным летом и умеренно-холодной зимой, в городе недостаточное количество солнечных дней и повышенная влажность воздуха, поэтому в детском саду используются разные виды закаливания детей с учетом регионального компонента. Режим пребывания детей в учреждении гибкий. При организации педагогического процесса учитывается состояние здоровья детей, используется индивидуальный подход. В теплое время при благоприятных погодных условиях жизнедеятельность детей организуется на открытом воздухе.

Демографические особенности города

В связи с увеличением рождаемости в Санкт-Петербурге дошкольные учреждения переполнены детьми, наблюдается дефицит педагогических кадров. В соответствии с ФГОС дошкольного образования совместная деятельность взрослых и детей организуется с учетом интеграции образовательных областей, используется комплексно-тематический принцип планирования воспитательно-образовательного процесса, для повышения эффективности образовательного процесса используются современные образовательные технологии.

Социальные особенности города

Социальный статус родителей воспитанников разнообразный. При планировании педагогического процесса учитывается статус семьи, наличие старшего поколения (бабушек, дедушек), учитывается уровень взаимоотношений ребенка и взрослых. В условиях современного «кризиса семьи» в образовательную программу включены совместные проекты для всей семьи. Уровень доходов некоторых семей воспитанников способствует тому, что они не могут выделить средства

своим детям на посещение театра, цирка или музея. Образовательная программа учитывает это и предусматривает мероприятия социальных партнеров на территории ДОУ.

Экологические особенности города

Основной экологической проблемой, требующей решения в настоящее время в Санкт-Петербурге, является снижение уровня техногенного загрязнения, так как значительная часть предприятий города и региона использует устаревшие оборудование и технологию. Такая экологическая обстановка влияет на здоровье всех жителей города. В образовательную программу детского сада включены оздоровительные мероприятия по снижению экологических рисков для здоровья детей: очищение воздуха, воды, введение в рацион продуктов, выводящих из организма тяжелые металлы и прочие мероприятия.

В связи с вышеизложенным, образовательный процесс в дошкольном учреждении имеет свою специфику. Педагогический коллектив первую очередь направляет свою работу на охрану и укрепление здоровья воспитанников, создание условий для их всестороннего развития.

Виды деятельности	Познавательно-исследовательская деятельность: «Моя страна», «Мой город»: Формирование представлений о городе, как едином целом, а не отдельных районах проживания и как о части большой страны. Закрепление правильного названия города, страны. «Флаг. Герб»: Первичное знакомство. Выделение частей. Побуждение к запоминанию и уважительному отношению. История создания города в доступном возрасту формате. Конструктивная деятельность: Большой город.	«Улица, где я живу» - побуждение детей узнать и запомнить название своей улицы, почему она так названа. «Окружение дома» - значимые, запоминающиеся объекты-ориентиры. «Где живут мои родные?»	Прослушивание гимна Санкт-Петербурга. Воспитание уважительного отношения к нему. Прослушивание музыки петербургских композиторов. Рассматривание изображений достопримечательностей. Аппликация из заданных частей «Дом в городе» Чтение стихотворений о городе, доступных восприятию детей 3-4 лет.	Побуждение родителей воспитанников к проведению семейных экскурсий по городу - главенство личных впечатлений над образами. Подвижные игры, объединенные петербургской темой: Зайцы на Заячьем острове. Волны Невы и т.д.	«Где я был и что я видел», - оформление с помощью родителей результатов прогулок и рассказывание по ним. «Мой любимый город».

1. Алифанова Т.Г. «Петербурговедение для малышей от 3 до 7 лет». Санкт-Петербург. «Паритет», 2005.
2. Дмитриев В. К. Санкт-Петербург: Рассказы для детей по истории города.

Приложение 2

Комплексы утренней гимнастики

Комплекс упражнений и игр №1
(сентябрь)

Комплекс ОРУ «Дружная семья»

1. И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину; хлопки перед лицом 8 раз под слова:
«Папа, мама, брат и я вместе — дружная семья!»
Вернуться в и.п.. Повторить 3 раза.

2. «Все вместе наклоняемся, Физкультурой занимаемся!»
И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, ладони на колени, смотреть вперед. Вернуться в и. п. Повторить 5 раз.

3. «Папа большой, а я — маленький. Пусть я маленький, Зато — удаленький.»
И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, руки вниз. Вернуться в и. п. Повторить 4—5 раз.

4. «Прыгаем мы дружно, Это очень нужно! Кто же прыгнет выше — Мама или Миша?»
И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Выполнить 6—8 подпрыгиваний; непродолжительная ходьба (5—6 сек). Повторить 2 раза.

5. «Носом воздух мы вдыхаем, Ртом мы воздух выдыхаем. Не страшна простуда нам, Нам не нужно к докторам!»
И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, вдох носом. Вернуться в и. п., выдох ртом, губы трубочкой. Повторить 3—4 раза.

Подвижная игра с речевым сопровождением «Кто живет у нас в квартире?»

Перед началом игры дети образуют круг. Педагог находится в центре круга, он произносит текст и показывает движения, которые дети повторяют.
Кто живет у нас в квартире? *Шагают на месте.*
Раз, два, три, четыре. Будем мы сейчас считать — Раз, два, три, четыре, пять! *Хлопают в ладоши.*
Мама, папа, брат, сестра — Сосчитаю всех едва! *Выполняют «пружинку», руки на пояс.*
Самый главный — это я, *Прикладывают руки к груди.*
Вот и вся моя семья! *Поднимают руки вверх, затем медленно опускают вниз.*

Комплекс упражнений и игр №2
(сентябрь)

Комплекс ОРУ «Веселые погремушки»

Есть веселые игрушки,
— Бом-бом-бом, бом-бом-бом! Им названье — погремушки,
— Бом-бом-бом, бом-бом-бом! Любят дети в них играть,
С ними прыгать и скакать!

1. «Поиграй перед собой»

И. п.: ноги слегка расставить, погремушки за спину. Погремушки вперед, погреметь и спокойно опустить за спину. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.

2. «Покажи и поиграй»

И. п.: ноги врозь, погремушки у плеч. Поворот вправо, показать, поиграть, сказать «вот». Вернуться в и. п. То же в другую сторону. Повторить по 3 раза.

3.«Погремушки к коленям»

И. п.: ноги врозь, погремушки в стороны. Наклон вперед, погремушки к коленям — выдох. Вернуться в и. п. Повторить 4—5 раз. Обращать внимание детей на то, чтобы при наклоне вперед они старались ноги в коленях не сгибать.

4.«Прыг-скок»

И. п.: ноги слегка расставить, погремушки опущены; 6—8 подпрыгиваний; 6—8 шагов со взмахом погремушками. Повторить 2— 3 раза.

5.«Погремушкам спать пора»

И. п.: ноги врозь, погремушки вниз. Погремушки в стороны, вдох носом. Вернуться в и. п., выдох ртом, губы трубочкой. Повторить 3—4 раза.

При последнем повторении упражнения — присесть на корточки, погремушки под щечку.

Игра малой подвижности «Найди погремушку»

Инвентарь: одна погремушка.

Погремушка заранее перед занятием спрятана педагогом на площадке. Дети образуют круг, берутся за руки. Педагог встает в круг вместе с детьми. Держась за руки, дети и педагог идут по кругу. Педагог произносит текст:

С вами мы гулять пойдем,
Погремушку мы найдем.
Раз, два, три, четыре, пять —
Будем все ее искать.
Ходим тихонько,
Ищем внимательно,

Погремушку мы найдем обязательно!
Идите, дети, искать погремушку!
Дети расходятся по площадке, ищут погремушку. Когда кто-либо из детей находит игрушку, он должен принести ее педагогу. Игра повторяется.

Комплекс упражнений и игр №1
(октябрь)

Комплекс ОРУ «Разноцветные мячи»
Инвентарь: мячи резиновые— в соответствии с количеством детей в группе.
Очень любят все ребята в мячики играть,
С разноцветными мячами упражненья выполнять!
Мячики разные — зеленые и красные,
Крепкие, новые, звонкие, веселые.

1. «Выше мяч»
И. п.: ноги слегка расставить, мяч опущен. Мяч вверх, посмотреть, опустить, сказать «вниз». Повторить 4—5 раз.

2. «Вот он»
И. п.: ноги врозь, мяч перед грудью. Наклон вперед, мяч вперед, сказать «вот он». Вернуться в и. п. Повторить 4—5 раз. Ноги в коленях не сгибать.

3. «Веселый мяч»
И. п.: ноги слегка расставить, мяч перед ногами, руки за спину. Присесть, катать мяч от руки к руке, остановить и быстро выпрямиться. Повторить 4—5 раз.

4. «Подпрыгивание»
И. п.: ноги слегка расставить, мяч на земле, около ног, руки на пояс. Подпрыгивание вокруг мяча — круг и 8—10 шагов со взмахом рук. Дыхание произвольное. Повторить 3 раза.

5. «К себе и вниз»
И. п.: то же, мяч опущен. Мяч к себе, носом — вдох. Мяч опустить, на выдохе произнести: «вни-и-из». Повторить 3—4 раза.

Подвижная игра с речевым сопровождением «Мой веселый звонкий мяч»
Дети образуют круг. Посередине круга находится педагог, в руках у него мяч. Педагог показывает детям, как легко и высоко прыгает мяч, если отбивать его рукой, затем кладет мяч около ног на землю и предлагает детям выполнить упражнения, повторяя их вслед за ним.
Педагог медленно читает текст и вместе с детьми выполняет следующие движения.
Мой веселый звонкий мяч, *Выполняют «пружинку», руки на пояс.*
Ты куда помчался вскачь? *Наклоны вправо-влево, руки полочкой одна на другую на уровне груди*
Красный, желтый, голубой,
Не угнаться за тобой! *Наклон вперед, руки вперед – в стороны.*

Затем педагог предлагает детям попрыгать вместе с мячом, одновременно снова повторяя текст стихотворения. Дети прыгают на двух ногах, положение рук произвольное. Закончив читать текст, педагог говорит: «Сейчас догоню!» Дети перестают прыгать и убегают от педагога к заранее указанному ориентиру (дерево, куст, беседка и т. п.). Педагог делает вид, что ловит детей.

Комплекс упражнений и игр №2
(октябрь)

Комплекс ОРУ «Надо чисто умываться по утрам и вечерам!»

Чтобы быть здоровым,
Чистым и красивым,
Нужно умываться
Белым нежным мылом!
Полотенцем растереться,
Причесаться гребешком,
В одежду чистую одеться
И в детский сад пойти потом!

1. «Чистые ладошки»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Одну руку вперед, повернуть ладонь вверх. Вернуться в и. п. То же другой рукой. Повторить по 3 раза.

2. «Стряхнем водичку»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Руки вверх; круговые движения кистью — «стряхивают водичку»; руки на пояс. Дыхание произвольное. Повторить 4—5 раз.

3. «Помоем ножки»

И. п.: ноги врозь, руки за спину. Наклон вперед, хлопнуть два раза по коленям, сказать «моем чисто». Руки за спину. Ноги в коленях не сгибать. Повторить 4—5 раз.

4. «Мы — молодцы!»

И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 8—10 подпрыгиваний и 8—10 шагов. Прыгать легко, мягко. Дыхание произвольное. Повторить 2—3 раза.

5. «Чтобы чистым быть всегда,
Людям всем нужна... (вода)!»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Подняться на носки; руки в стороны, вдох носом. Опуститься на всю стопу, руки на пояс, на выдохе произнести «вода-а-а». Повторить 3—4 раза.

Подвижная игра «Пузырь»

Дети вместе с педагогом берутся за руки и образуют небольшой кружок, стоя близко друг к другу. Педагог говорит:

Раздувайся, пузырь, Раздувайся вверх и вширь.
Раздувайся, пузырь, Пузырь мыльный и цветной,
Раздувайся большой, Оставайся такой Да не лопайся.
Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока педагог не скажет: «Лопнул пузырь!» Дети опускают руки и приседают на корточки, говоря при этом «Хлоп!» *Вариант.* После слов «лопнул пузырь» двигаться к центру круга, по-прежнему держась за руки и произнося при этом звук «ш-ш-ш» — воздух выходит. Затем дети снова надувают пузырь — отходят назад, образуя большой круг.

Комплекс упражнений и игр №1
(ноябрь)

Комплекс ОРУ «Платочки»
Инвентарь: платочки в соответствии с количеством детей.
Купила мама нам платочки —
И для сына, и для дочки.
Платочки надо нам надеть,—
Не будет горлышко болеть!
Сначала с ними мы играем,
Потом на шейку надеваем!
1. И. п.: ноги слегка расставить, платочек в обеих руках у груди. Выпрямить руки вперед — показать платочек. Вернуться в и. п. Повторить 4—5 раз.
2. И. п.: ноги на ширине плеч, платочек в обеих руках внизу. Наклониться и помахать платочком вправо-влево, выпрямиться. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 4—5 раз.
3. И. п.: ноги слегка расставить, платочек в обеих руках внизу. Присесть, платочек вынести вперед. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 4—5 раз.
4. И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 8—10 прыжков на месте. Дыхание произвольное. Повторить 2—3 раза в чередовании с ходьбой на месте.
«Подуем на платочки»
И. п.: ноги врозь, платочек в обеих руках внизу. Подняться на носки, сделать глубокий вдох носом; платочек вынести вперед, подуть на платочек. Вернуться в и. п. Повторить 3— 4 раза.
Игра малой подвижности «Найди платочек»
Инвентарь: платочек**.**
Дети встают врассыпную рядом с педагогом. У педагога в руках платочек. По команде педагога дети закрывают глаза, в это время педагог в пределах игровой площадки прячет платочек. Педагог приглашает детей пойти и найти платочек:
Платочек, дети, вы найдите

И мне платочек принесите!
Дети ходят по игровой площадке, ищут платочек. Кто из детей первым находит платочек, приносит его педагогу.
Примечание. Перед началом игры напомнить детям, что, когда они ищут платочек, надо ходить, а не бегать.

Комплекс упражнений и игр №2
(ноябрь)

Комплекс ОРУ «Красивые сапожки»
Шагают дружно наши ножки,
На них — красивые сапожки!
Идут сапожки по дорожке,
В них по лужам — тоже можно!
Не промокнут в дождь сапожки,
Сухими будут наши ножки!
1. «Шагают дружно наши ножки»
И. п.: ноги на ширине плеч, руки опущены вниз. Поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 4—5 раз.
2. «Красивые сапожки»
И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклониться, коснуться пальцами рук носков сапожек (по возможности), выпрямиться. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 4 раза.
3. «Крепкие сапожки»
И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Присесть, кончиками пальцев постучать по носочкам сапожек, встать, выпрямиться. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 4—5 раз.
4. «Прыгают ножки, скачут сапожки»
И. п.: ноги слегка расставлены, руки на поясе. Прыжки на месте с поворотом вокруг себя (2 раза в любую сторону) в чередовании с ходьбой. Повторить 2—3 раза.
5. «Напрыгались ножки, устали сапожки»
И. п.: ноги на ширине плеч, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «устали». Повторить 3—4 раза.
Игра малой подвижности «Ровным кругом»
Дети образуют круг, берутся за руки. Педагог встает в круг вместе с детьми. Одновременно с началом чтения педагогом текста дети начинают движение хороводом в левую или правую сторону.
Ровным кругом в красивых сапожках
Идем друг за другом по ровной дорожке.

Дружно шагаем, за шагом шаг.
Стой на месте, дружно вместе сделаем вот так!
После слов педагога «стой на месте» все останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга.
По окончании текста педагог показывает какое-либо движение, фигуру (приседание, наклоны, прыжки, «пружинка» и т. д.).

Комплекс упражнений и игр №1
(декабрь)

Комплекс ОРУ «На скамеечке с друзьями»
Инвентарь: 2 скамейки.
На скамеечке с друзьями
Упражненья выполняем:
Наклоняемся, поднимаемся —
Физкультурой занимаемся.

1. «Выше вверх»
И. п.: сидя на скамейке верхом, руки в упор сзади. Руки через стороны вверх, посмотреть вверх. Вернуться в и. п., сказать «вниз». Повторить 5 раз.
И. п.: то же, руки на пояс. Поворот вправо-назад. Вернуться в и. п. То же в другую сторону. Дыхание произвольное. Повторить по 3 раза.

2. «Встать и сесть»
И. п.: то же, руки за спину. Встать, посмотреть вверх. Вернуться в и. п. Ноги не сдвигать. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.

3. «Осторожно»
И. п.: стоять близко к скамейке, руки вниз. Встать на скамейку, сохранять устойчивое положение и сойти. Повторить 5 раз.

4. «Дышим свободно»
И. п.: ноги врозь, лицом к скамейке, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «дышим». Повторить 3—4 раза.

Игра малой подвижности «У скамеечек»
Дети вместе с педагогом образуют круг. Под чтение педагогом текста стихотворения все вместе двигаются хороводом в левую или правую сторону.

У скамеечек с друзьями
Мы ходили и гуляли.
Приседали и вставали,
Дружно руки поднимали,
Наклонялись и вставали
И немножечко устали.
Сядем на скамейки дружно.

Отдых нам, конечно, нужен.

После слов педагога «отдых нам, конечно, нужен» дети медленно подходят к скамейкам и тихонечко садятся на них.

Комплекс упражнений и игр №2
(декабрь)

Комплекс ОРУ «Елка-елочка»

Елка, елочка,
Зеленые иголочки,
Золотые шарики,
Яркие фонарики.
Дед Мороз под Новый год
Нам подарки принесет.
Дружно к елочке пойдем,
Свои подарочки найдем.

1. «Колючие иголочки»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки вперед, пошевелить пальцами, сказать «колючие». Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.

2. «Здоровается с нами елочка, машет лапами с иголочками»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Взмахи: одна рука вперед, другая — назад. После 4—6 движений отдых. Приучать к большой амплитуде движений. Дыхание произвольное. Повторить 3—4 раза.

3. «Мы очень любим елочку»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки вперед полукругом. Вернуться в и. п. Ноги не сгибать, при наклоне смотреть вперед. Дыхание произвольное. Повторить 4—5 раз.

4. «Спрячемся под елочкой»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Присесть, опустить голову, руками обхватить колени, сказать «спрятались». Вернуться и. п., хорошо выпрямиться. Упражнение выполнять в умеренном темпе. Повторить 5 раз.

5. «Смолою пахнет елочка»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться и. п., на выдохе произнести «а-а-ах!» Повторить 3—4 раза.

Игра малой подвижности «Найдем Снегурочку»

Инвентарь: кукла, (Снегурочка) (высота куклы 20-25 см).

Педагог до занятия прячет Снегурочку на игровой площадке. Детям предлагается найти Снегурочку, при этом педагог может помочь это сделать по определенным приметам. Ребенок, нашедший куклу, приносит ее педагогу. Игра повторяется.

Комплекс упражнений и игр №1
(январь)

Комплекс ОРУ «Веселая физкультура»

Не скучно нам с тобой.
Будем крепкими и смелыми,
Ловкими и умелыми,
Здоровыми, красивыми,
Умными и сильными.

1. «Ладони к плечам»

И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Руки к плечам, пальцами рук коснуться плеч; руки вперед, ладони вверх, голову приподнять, руки опустить. Вернуться в и. п., сказать «вниз». Повторить 5 раз.

2. «Наклонись и выпрямись»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки прямые отвести назад — верх; выпрямиться, посмотреть вверх, потянуться. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.

3. «Птички»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Присесть, изобразить пальцами рук, как птичка клюет, произнести «клю-клю-клю». Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 4—5 раз.

4. «Мячики»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. 8—10 подпрыгиваний и 8—10 шагов. Прыгать легко, мягко. Дыхание произвольное. Повторить 2—3 раза.

5. «Нам — весело!»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «ве-се-ло». Повторить 3—4 раза.

Подвижная игра «Не опоздай!»

Инвентарь: разноцветные пластмассовые кубики - в соответствии с количеством детей.

Педагог по кругу раскладывает кубики и предлагает детям встать у любого понравившегося им кубика:

Ко мне, дети, подбегайте, Себе кубик выбирайте. За него скорей вставайте И его запоминайте!

После того как дети выберут кубики и встанут за ними, педагог говорит:

По площадке разбегайтесь,
Словно птички, разлетайтесь.

Дети разбегаются по всей игровой площадке, подражая руками взмахам крыльев птиц. Через 30—40 секунд педагог подает сигнал «Не опоздай!» После сигнала дети бегут к кубикам, стараясь найти свой кубик.

Комплекс упражнений и игр №2
(январь)

Комплекс ОРУ «Мы — сильные»

Однажды наша Маша
Варила дома кашу.
Кашу сварила,
В кашу масло положила.
Молока налила,
Кашу с маслом запила.
Ешьте, дети, утром кашу,
Будете как Маша наша: Здоровыми, сильными, Крепкими, красивыми!

1. «Крепкие руки»

И. п.: ноги слегка расставить, руки согнуты в локтях, прижаты к бокам, кулачки у плеч. Руки с силой вытянуть вверх, кулачки не разжимать. Вернуться в и. п. Сохранять устойчивое положение. Повторить 5 раз.

2. «Мы — сильные»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки вниз. Вернуться в и. п. Наклон — выдох. Повторить 4—5 раз.

3. «Крепкие ноги»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Слегка сгибать и выпрямлять ноги («пружинка»). С третьего занятия предложить подниматься на носки. После 3—4-х движений отдых. Дыхание произвольное. Повторить 3—4 раза.

4. «Отдохнем»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. 3—4 раза потопать правой, потом левой ногой; сделать 6—8 подпрыгиваний. Дыхание произвольное. Повторить 3 раза, чередуя с ходьбой.

5. «Мы — молодцы»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «а-а-ах». Повторить 3—4 раза.

Игра малой подвижности «Котик к печке подошел»

Дети образуют круг, берутся за руки. Педагог становится в круг вместе с детьми. Педагог читает текст стихотворения, показывает движения, вслед за ним движения и слова повторяют дети.

Котик к печке подошел, *Идут по кругу, взявшись за руки.*
Котик к печке подошел.
Горшок каши он нашел, *Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.*
Горшок каши там нашел,
А на печке калачи, *Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в*
Ох, вкусны и горячи! *ладоши. Выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх.*
Пироги в печи пекутся, Они в руки не даются.

Комплекс упражнений и игр №1
(февраль)

Комплекс ОРУ «Маленькие поварята»

Инвентарь: ложки.

Поварята, поварята, очень дружные ребята.
Дружно суп они сварили, дружно ложки разложили.
А потом гостей позвали, суп в тарелки разливали.
Гости поварят хвалили, им спасибо говорили.

1. «Ложки тук-тук»

И. п.: ноги слегка расставить, руки с ложками вниз. Руки через стороны вверх, постучать ложками друг о друга, сказать «тук-тук». Вернуться в и. п. Следить за движениями рук. Повторить 5 раз.

2. «Покажи и поиграй»

И. п.: ноги врозь, ложки у плеч. Поворот туловища, руки вперед; показать ложки, сказать «вот», спрятать руки за спину. Вернуться в и. п. То же в другую сторону. Следить за движениями рук. Дыхание произвольное. Повторить по 3 раза.

3. «Наклонись»

И. п.: ноги врозь, ложки у груди, руки согнуты в локтях. Наклон вперед и одновременно взмах ложек назад, выдох, смотреть вперед. Вернуться в и. п. Повторить 4—5 раз.

4. «Справа, слева»

И. п.: ноги слегка расставить, ложки в стороны (вертикально). Присесть, коснуться земли справа (слева). Вернуться в и. п. Следить за ложками. Дыхание произвольное. Повторить по 3 раза.

5. «Ложки в стороны и вниз»

И. п.: ноги врозь, руки с ложками вниз. Ложки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «вни-из». Повторить 3—4 раза.

Игра малой подвижности «Самовар»

Дети образуют круг, берутся за руки, педагог становится в круг вместе с детьми. Педагог читает текст стихотворения, вместе с детьми выполняет движения.

Пыхтит на кухне самовар, *Идут по кругу в правую сторону, взявшись за руки.*
Чух-чух, пых-пых.
А над ним вьется пар, *Идут по кругу в обратном направлении.*
Чух-чух, пых-пых.
К самовару подойдем, *Идут маленькими шагами к центру круга.*
Вместе сядем все за стол, *Хлопают в ладоши*
Себе чаю мы нальем
Выпьем чаю с пирогом.
А потом мы встанем в круг *Отходят назад, образуя широкий круг.*
в дружный хоровод *Танцуют. Попеременно выставляют вперед на пятку правую и левую ногу, руки на поясе.*

Комплекс упражнений и игр №2
(февраль)

Комплекс ОРУ «Мы — пушистые комочки»

Мы — пушистые комочки, мамины сынки и дочки,
Желтые цыплятки - Веселые ребятки.
Любим мы играть, червячков копать.
Как домой вернемся с улицы, нас обнимет мама-курица.

1. «Цыплята»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки в стороны; помахать ими — крылышки машут; опустить руки. Вернуться в и. п. Опускать руки медленно и говорить «пи, пи, пи». Повторить 4—5 раз.

2. «Цыплята пьют водичку»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки отвести назад, сказать «пьют». Вернуться в и. п. Голову приподнимать. Повторить 5 раз.

3. «Мы — пушистые комочки»

И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Присесть, руками обхватить колени. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 4—5 раз.

4. «Шалуны»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. 2—3 — «пружинки»; 6—8 подпрыгиваний; 8—10 шагов со взмахом руками. Дыхание произвольное. Повторить 3 раза.

5. «Цыплятам спать пора»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «спа-а-ать». Повторить 3—4 раза.

Подвижная игра «Наседка и цыплята»

На игровой площадке обозначается чертой, цветной водой или шнуром дом для цыплят и наседки. Дети изображают цыплят, а педагог — наседку. Цыплята и наседка находятся перед началом игры за чертой — в домике. Первой из дома выходит наседка, она идет искать корм. Через 5—10 секунд она поворачивается к цыплятам, приглашает их тоже поискать корм, червячков, крошки:

Милые ребятушки, Ко-ко-ко!

Желтые цыпляточки, Ко-ко-ко!

Выходите вы гулять,

Крошки, червячков искать.

После слов педагога дети бегут к «наседке», вместе с ней гуляют по площадке, клюют зернышки, ищут червячков. Педагог говорит: *Ой, лиса бежит, беда! Убегайте кто куда!*

«Цыплята» бегут к своему домику, становятся за чертой. Игра повторяется.

Комплекс упражнений и игр №1
(март)

Комплекс ОРУ «Очень маму я люблю»

Очень маму я люблю,
Ей цветочки подарю
Разные-разные
Синие и красные.
Сегодня праздник – мамин день,
Нам маму поздравлять не лень!
- Будь, мамочка, красивой, Здоровой и счастливой!

1. «Нам в праздник весело»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки через стороны вверх, хлопнуть, сказать «хлоп», руки за спину. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.

2. «Очень маму я люблю»

И. п.: ноги слегка расставить, руки в стороны. Обхватить плечи обеими руками, сказать «люблю». Вернуться в и. п. Повторить 5 раз.

3. «Подарю цветочки маме»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки вперед, ладони вверх, сказать «дарю». Вернуться в и. п., выпрямиться, потянуться. Повторить 4—5 раз.

4. «Солнечные зайчики»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. 8—10 подпрыгиваний с хлопками. Дыхание произвольное. Повторить 2—3 раза, чередуя с ходьбой. Заканчивая упражнение, продлить ходьбу.

5. «Весенний ветерок»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом, вернуться в и. п., на выдохе произнести «у-у-ух!» Повторить 3—4 раза.

Игра малой подвижности «Весенние цветочки»

Дети образуют круг, берутся за руки, педагог встает вместе с детьми. По команде педагога дети начинают двигаться хороводом по кругу под чтение педагогом стихотворения:

Подул весенний ветерочек,
Раскрыл он нежные цветочки.
Цветочки ото сна проснулись
И прямо к солнцу потянулись.
(Останавливаются, кружатся на месте)
И в танце легком закружились,
Потом листочки опустились.
(Присаживаются, руки вниз, голову к коленям)
Цветочкам спать уже пора.

У нас закончилась игра.

Комплекс упражнений и игр №2
(март)

Комплекс ОРУ «Котята»
У нашей Мурки есть котята —
Пушистые, веселые ребята.
Прыгают, играют
И молочко лакают.
Очень любят детки котяток —
Пушистых, веселых, игривых ребяток.

1. «Мягкие лапки»
И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину, сжать в кулачки. Руки вперед — «мягкие лапки»; разжать кулачки, пошевелить пальцами — «а в лапках — царапки». Вернуться в и. п. Повторить 5 раз.

2. «Котята катают мячики»
И. п.: ноги врозь, руки вниз. Наклон вперед; выполнить 3— 4 взмаха руками вперед-назад, слегка пружиня колени. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 4 раза.

3. «Где же хвостики?»
И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Выполнять наклоны вправо и влево. Дыхание произвольное. Повторить по 3—4 раза в каждую сторону.

4. «Котята-попрыгунчики»
И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 2—3 «пружинки», б— 8 подпрыгиваний, 8—10 шагов. Дыхание произвольное. Повторить 3 раза.

5. «Носики дышат»
И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «ды-ы-шат». Повторить 3—4 раза.

Подвижная игра «Кот Васька»
На игровой площадке обозначается линия длиной 3,5—4 м. За нее встают дети. Ребенок, выбранный педагогом на роль кота, в маске ходит перед детьми на носочках, оглядывается то влево, то вправо, мяукает. Педагог в это время говорит:
Как у нашего кота Шубка очень хороша.
Как у котика усы Удивительной красы,
Глаза смелые, Зубки белые.
Ходит Васька стороной В теплой шубе меховой.
(Ребенок - «кот» убегает в сторонку, садится на корточки, «засыпает».) Педагог произносит:
Тише, дети, Васька спит, Даже хвостик не дрожит.
Тихо к Ваське подойдем (Дети подходят на цыпочках к коту),
Ему песенку споем: Ля-ля-ля, ля-ля-ля!
«Кот» просыпается, поднимается, потягивается.

Педагог говорит: *Васька глазки открывает И детишек догоняет!*
(Водящий догоняет детей, они убегают от него за черту, в свой дом.)

Комплекс упражнений и игр №1
(апрель)

Комплекс ОРУ «Гули - гуленьки»
К детям гуленьки прилетели,
Детям гуленьки песню пели:
Детки малые, подходите.
Детки малые, не шалите
Вокруг нас в кружок вставайте,
В кругу место занимайте.
Будем мы вокруг летать,
Будем с вами мы играть.

1. «Гуленьки греют крылышки на солнышке»
И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки вперед; поворачивать ладони вверх-вниз, сказать «горячо». Вернуться в и. п. Сохранять устойчивое положение. Повторить 5 раз.

2. «Летают гули-гуленьки»
И. п.: ноги врозь, руки вниз. Взмахи: одна рука вперед, другая — назад, слегка пружиня колени; после 3—4-х движений рук — отдых. Вернуться в и. п. Приучать к большой амплитуде. Дыхание произвольное. Повторить 3—4 раза.

3. «Гуленьки клюют крошки»
И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, смотреть вниз; руки отвести назад-вверх, выпрямиться. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.

4. «Скачут-пляшут гуленьки»
И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Легкое подпрыгивание и встряхивание кистями рук. Повторить 3 раза, чередуя с ходьбой после 6—8 движений. Дыхание произвольное.

5. «Улетели гуленьки»
И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «а-а-ах». Повторить 3—4 раза.

Игра малой подвижности «Гуленьки»
Дети образуют круг вместе с педагогом, берутся за руки. Под чтение текста стихотворения педагогом идут хороводом в правую сторону:
Ой, люли, люли, люленьки! Прилетели к нам гуленьки,
Прилетели гуленьки. Сели возле люленьки. Все вместе идут по кругу в обратную сторону
Они стали ворковать, Ване спать не давать.

Ой, вы, гули, не воркуйте, Дайте Ванечке поспать. Дети останавливаются
Перва гуля говорит: «Надо кашкой накормить». Дети имитируют еду ложкой
А вторая говорит: «Ване спать надо велеть». Дети присаживаются на корточки, руки под щеку
А третья гуля говорит: «Погулять надо сходить». Дети врассыпную расходятся по игровой площадке, гуляют рядом с педагогом

Комплекс упражнений и игр №2
(апрель)

Комплекс ОРУ «Зайчики и белочки»
Зайчики и белочки,
Мальчики и девочки,
Стройтесь дружно по порядку,
Начинаем мы зарядку!
Носик вверх — это раз,
Хвостик вниз — это два,
Лапки шире — три, четыре.
Прыгнем выше — это пять.
Все умеем выполнять!

1. «Одна лапка, другая»
И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Одну руку вперед, повернуть ладонь вверх. Вернуться в и. п. То же другой рукой. Дыхание произвольное. Повторить по 3 раза.

2. «Крепкие лапки»
И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед; ладони на колени, сказать «крепкие», смотреть вперед; руки на пояс. Вернуться в и. п. Повторить 5 раз.

3. «Веселые белочки»
И. п.: ноги врозь, руки полочкой перед грудью. Выполнить по два наклона вправо и влево. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить по 3 раза.

4. «Шаловливые зайчики»
И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 8—10 подпрыгиваний и 8—10 шагов. Прыгать легко, мягко. Дыхание произвольное. Повторить 2—3 раза.

5. «Мы — молодцы!»
И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п. На выдохе произнести «мо-лод-цы». Повторить 3—4 раза.

Игра малой подвижности «Маленькие зайки»
Дети образуют круг, берутся за руки, педагог встает в круг вместе с детьми. Под чтение педагогом стихотворения дети хороводом идут по кругу:

Как-то маленькие зайки днем гуляли по лужайке.
Вдруг мелькнула чья-то тень, зайки спрятались за пень. Дети идут хороводом в другую сторону:
Может, это — серый волк? Он зубами щелк да щелк!
Вдруг сидит он за кустом, Серый волк с большим хвостом?
Зайки волка испугались, Прыг — из леса ускакали.
После последней фразы дети ставят руки на пояс, прыгают на двух ногах к центру круга, останавливаются там, приседают на корточки, показывают ушки (ставят ладони перпендикулярно макушке), шевелят ими вперед-назад.

Комплекс упражнений и игр №1
(май)

Комплекс ОРУ «Самолеты»
Бумажный легкий самолет сейчас отправится в полет.
На крыльях звездочки блестят,
В кабине огоньки горят.
Его мы сами сделали из бумаги белой.
Его мы в небо запускаем. Высоко самолет летает!

1. «Крепкие крылья самолета»
И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Руки в стороны; сделать несколько подниманий и опусканий; опуская, сказать «крепкие». Вернуться в и. п. Повторить 4 раза.

2. «Заводим мотор самолета»
И. п.: ноги врозь, кулачки у плеч. Поворот вправо; руки вперед, показать кулачки; повращать обоими кулачками в произвольных направлениях, сказать «вот». Вернуться в и. п. То же в другую сторону. Повторить по 3 раза.

3. «Самолет взлетает высоко»
И. п.: ноги слегка расставить, колени обхватить руками, голову наклонить к коленям. Встать, выпрямиться; подняться на носки; руки вверх, сказать «высоко». Вернуться в и. п. Повторить 5 раз.

4. «Прыгаем, играем, как самолеты мы летаем»
И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Руки в стороны; помахать. Вернуться в и. п. 4—6 подпрыгиваний, 4—6 шагов. Повторить 3 раза. Дыхание произвольное.

5. «Самолеты на посадку»
И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., выдох через рот. Повторить 3—4 раза.

Подвижная игра «Поезд»
Дети строятся в колонну. Первый ребенок, стоящий в колонне - паровоз, остальные дети - вагоны. Педагог находится в центре игровой площадки, он говорит:
Тихо едет паровоз. Нас он далеко повез.
Слышим мы со всех сторон стук колес и рельсов звон.

Дети начинают шагом двигаться вперед (без сцепления, не держась за пояс стоящего впереди игрока). Звучат слова педагога:
Поезд едет побыстрее, деткам станет веселее!
Дети переходят на быструю ходьбу. Звучат слова педагога:
Поезд едет, поезд мчит, он колесами стучит.
Чух-чух-чух, чух-чух-чух, мчится поезд во весь дух.
Дети переходят на бег, бегут по краю игровой площадки друг за другом.
«Поезд подъезжает к станции», — говорит педагог. Все играющие постепенно замедляют шаг и останавливаются. После остановки рекомендуется сделать дыхательное упражнение (и. п.: ноги врозь, руки вниз; руки в стороны, подняться на носки, вдох носом; вернуться в и. п., выдох ртом).

Комплекс упражнений и игр №2
(май)

Комплекс ОРУ «Разноцветная полянка»
По полянке в жаркий день
Летом нам гулять не лень;
Свежим воздухом дышать
И цветочки собирать.
Цветочки все разные —
Голубые, красные.
Соберем букет большой,
А потом пойдем домой.
1. «Цветочки качаются от ветерка»
И. п.: ноги врозь, руки вниз. Взмахи руками вперед-назад — дует ветерок; после 4—6 движений отдых — «ветерок спит». Повторить 3—4 раза. Дыхание произвольное.
2. «Цветочки тянутся к солнышку»
И. п.: ноги врозь, руки к плечам. Руки вверх; пошевелить пальцами. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.
3. «Цветочки растут»
И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, руки вниз — «маленькие цветочки»; встать. Вернуться в и. п., выпрямиться, приподнять голову — «цветочки растут». Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.
4. «Дождик на цветочки кап-кап-кап»
И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 8—10 подпрыгиваний — «сильный дождик»; 8—10 шагов — «дождик кончается». Прыгать легко, мягко. Дыхание произвольное. Повторить 2—
5. «Соберем букет большой»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, подняться на носки, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «большой». Повторить 3—4 раза.

Подвижная игра «Найди свой цветок»

Инвентарь: 3 обруча разных цветов.

В разных местах педагог кладет по одному обручу - это цветы. Взрослый делит детей на 3 команды, команды встают у указанного педагогом обруча-цветка, берутся за руки. Звучат слова педагога:

Вот полянка! Что за диво!
Здесь чудесно и красиво!
Много разных здесь цветов,
Разноцветных лепестков!
Будем с ними веселиться,
Бегать, прыгать и кружиться.

Дети отходят от обручей-цветов, бегают, прыгают, кружатся на месте на игровой площадке. По команде педагога *«Раз-два-три — Цветок свой найди!»* дети бегут к своим цветам, встают вокруг обручей, берутся за руки. Игра повторяется.

Приложение 3

БОДРЯЩААЯ ГИМНАСТИКА

Комплексы упражнений после дневного сна

1-й **комплекс**

1. И. п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища. Согнуть колени, ноги подтянуть к груди, обхватить колени руками, вернуться ви. п.
2. И. п.: лёжа на спине, руки в замок за голову, ноги согнуты в коленях. Наклон колен влево, в и. п., наклон колен вправо, ви. п.
3. И. п.: сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди, со звуком *«ф-ф»* - выдох *(через нос)*.
4. И. п.: то же, одна рука на животе, другая на груди. Вдох через нос, втягивая живот; выдох через рот, надувая живот.
5. И. п.: стоя, ноги врозь, руки внизу. Хлопок в ладоши - выдох; развести ладони в стороны - выдох.
6. И. п.: о. с. Потягивания: достали до потолка, вернулись в и. п.

2-й **комплекс**

1. И. п. Сидя, ноги скрестить по-*«турецки»*.

Капля первая упала - кап! Сверху пальцем правой руки показать траекторию её движения, следить глазами.
И вторая прибежала – кап! То же проделать другой рукой.

2. И. п. то же.

Мы на небо посмотрели, Посмотреть глазами вверх, не поднимая головы.
Капельки *«кап-кап»* запели,
Намочились лица.

3. И. п. то же.

Вытереть лицо руками, встать на ноги.
Мы их вытирали.

4. И. п.: о. с. Показать руками, посмотреть вниз.

Туфли, посмотрите, мокрыми стали.

5. И. п. о. с. Поднять и опустить плечи.

Плечами дружно поведем
И все капельки стряхнём.

6. И. п.: о. с. Бег на месте. Повторить 3-4 раза.

От дождя убежим.

7. И. п.: о. с. Приседания.

Под кусточком посидим.

3-й **комплекс**
1. И. п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища, поднять руки вверх, потянуться, и. п.
2. И. п.: сидя, ноги скрестно (поза лотоса, массаж больших пальцев ног, начиная от подушечки до основания.
3. И. п. то же, массаж пальцев рук- от ногтей до основания с надавливанием (внутреннее и внешнее)
4. И. п. то же, руки вперёд, массаж - поглаживание рук - от пальцев до плеча.
5. И. п. то же, зажмурить глаза на 5 секунд, открыть, повторить 5-6 раз.
6. И. п.: о. с, ходьба на месте с высоким подниманием колена.

4-й **комплекс**
1. И. п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища, поднять руки вверх, потянуться, руки вперёд, и. п.
2. И. п.: лёжа 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
4. *«Переход»*. И. п. то же, переступание пальчиками, сгибая колени, то же с выпрямлением ног.
5. *«Молоточки»*. И. п.: сидя, согнув ноги, руки в упоре за спиной, пальчики на носках, удар левой пятки об пол.
6. И. п.: о. с., руки на пояс, перекат с носков на пятки.

5-й **комплекс**
Кто спит в постели сладко?
Давно пора вставать.
Спешите на зарядку,
Мы вас не будим ждать!
Носом глубоко дышите,
Спинки ровненько держите.
1. И. п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища, напрячь тело, вдох держать несколько секунд, расслабиться, выдох.
2. И. п.: лёжа на спине, руки в стороны, пальцы сжать в кулаках, скрестить руки перед собой, выдох, развести руки, в и. п., вдох.
3. И. п.: лёжа 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.: лёжа на спине, руки в упоре на локти, прогнуться, приподнять грудную клетку вверх, голову держать прямо (3-5 секунд, вернуться в и. п.
5. И. п.: лёжа на животе, руки за голову, прогнуться, руки к плечам, ноги лёжа на полу, держать, и. п.
6. И. п.? лёжа на животе, руки под подбородком, прогнуться, приняв упор на предплечья, шея вытянута - вдох, выдох.

6-й **комплекс**
1. И. п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища, поднять правую ногу (прямую, и. п., поднять левую ногу (прямую, и. п.
2. И. п.: лёжа на спине, руки перед собой *«держат руль»*, *«езда на велосипеде»*, и. п.
3. И. п.: лёжа на спине, руки вверху, поворот туловища вправо, не отрывая ступни от пола, и. п., поворот туловища влево, и. п.
4. И. п.: лёжа на спине, руки за головой, свести локти впереди *(локти касаются друг друга)* - выдох, и. п., локти касаются пола - вдох,
5. И. п.: сидя, ноги скрестно, руки на поясе, руки через стороны вверх - вдох, выдох.
6. И. п.: о. с., принять правильную осанку без зрительного контроля (глаза закрыты, повторить 3-4 раза.

7-й **комплекс**
1. И. п.: сидя, ноги скрестно, крепко зажмурить глаза на 5 секунд. открыть *(повторить 8-10 раз)*.
2. И. п. то же, быстро моргать глазами 1-2 мин.
3. И. п. то же, массировать глаза через закрытые веки круговыми движениями указательных пальцев в течение 1 мин.
4. И. п. то же, тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхнее веко, через 1-2 сек. Снять пальцы с век, повторить 3-7 раз.
5. И. п. то же, отвезти глаза вправо, влево.
6. И. п. то же, отвести глаза вверх, вниз.

8-й **комплекс**
1. И. п. сидя, ноги скрестно. Грозить пальцем.
В группу жук к нам залетел,
Зажужжал и запел: *«Ж-ж-ж!»*
2. Отвести руку вправо, проследить глазами за направлением руки, то же в другую сторону.
Вот он вправо пролетел,
Каждый вправо посмотрел.
Вот он влево пролетел,
Каждый влево посмотрел.
3. Указательным пальцем правой руки совершить движения к носу.
Жук на нос хочет сесть,
Не дадим ему присесть.
4. Направление рукой вниз сопровождают глазами.
Жук наш приземлился.
5. И. п.: стоя, ноги врозь. Делать вращательные движения руками (*«волчок»*) и вставить.
Зажужжал и закружился
«Ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж».

6. Отвести руку в правую сторону, проследить глазами. То же в другую сторону.
Жук, вот правая ладошка,
Посиди на ней немножко,
Жук, вот левая ладошка,
Жук, вот левая ладошка,
Посиди на ней немножко.
7. Поднять руки вверх, посмотреть вверх.
Жук наверх полетел
И на потолок присел.
8. Подняться на носки, смотреть вверх.
На носочки мы привстали,
Но жучка мы не достали.
9. Хлопать в ладоши.
Хлопнем дружно,
Хлоп-хлоп-хлоп.
10. Имитировать полёт жука.
Чтобы улететь не смог,
«Ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж-ж»

№9–й **комплекс**
1. Гимнастика в постели *(2-3 мин.)*
- Потягивание. И. п. - лёжа на спине, руки вдоль туловища. Поочередно поднимать правую *(левую)* руку вверх, тянуться, опустить. *(то же самое - поочередно левой рукой, правой и левой ногой).*
- *«Отдыхаем»* И. п. - лежа на животе с опорой на локти, ладошками аккуратно поддерживаем подбородок. Поочередно сгибать и разгибать ноги в коленях.
2. Профилактика нарушений осанки *(2-3 мин.)*
Отправляемся в поход,
Сколько нас открытий ждет! *(Ходьба по кругу)*
Мы шагаем друг за другом, Летом и весенним лугом.
Мы походим на носках. *(Ходьба на носках, подняв руки вверх)*
Мы идем на пятках, вот проверили осанку, и свели лопатки. *(Ходьба на пятках, спрятав руки за спину)*
Крылья пёстрые мелькают, в поле бабочки летают. *(Лёгкий бег на носках, делая плавные махи руками)*
Раз, два, три, четыре, полетели, закружились. *(Кружение на носках на месте).*
Тишина стоит вокруг,
Вышли мы сейчас на луг. *(ходьба с высоким подъёмом колена)*

Мы растём, растём, мы цветём, цветём. (Берут по цветку в каждую руку, поднимают их вверх и опускают до уровня груди)
Взмах цветком туда-сюда, делай раз и делай два. *(Повороты вправо- влево с отведением цветка в сторону)*
Аккуратно нужно сесть, чтоб цветочки не задеть. (Глубокое приседание, вытягивая руки с цветками вперед, ставят цветы в вазу)
К речке быстро мы спустились, наклонились и умылись. *(Наклоны вниз)*
А теперь легли все дружно, делать так руками нужно. (Лёжа на животе, поднимают верхнюю часть туловища, и делают руками круговые движения, как при плавании)
Видим, скачут на опушке Две весёлые лягушки. Прыг-скок, прыг-скок,
Прыгать нужно на носок. *(Прыжки на носках)*
Как солдаты на параде
Мы шагаем ряд за рядом.
Левой - раз, левой - раз,
Посмотрите все на нас. *(Шаг марша)*
3. Профилактика плоскостопия *(2-3 мин.)*
Поднять ноги, согнутые в коленях, держать их на весу несколько секунд, затем опустить *(4-5 раз)*
«Весёлые ножки»: выставить одну ногу вперёд на пятку, затем на носок и убрать под стул *(4-5 раз)*
4. Водные процедуры *(умывание, обливание рук прохладной водой)*

Приложение 4

Планирование деятельности на прогулке

Сентябрь

Наблюдение за растениями:

1-я неделя: На клумбе рассмотреть цветы. Как ярко они цветут. Предложить назвать какого цвета цветы растут на клумбе. Воспитывать эстетическое отношение к природе.

2-я неделя: Познакомить детей с кленом и березой. Рассмотреть их листья. Сказать, чем они отличаются. Предложить найти листья клена и листья березы. Учить не обрывать листья, а собирать их с земли.

3-я неделя: Закрепить знания о березе и клене. Предложить детям найти на участке детского сада несколько таких деревьев.

4-я неделя: Привлечь внимание детей к ярко расцвеченным деревьям. Показать, какие красивые деревья на участке – у них много красных и желтых листьев. Понаблюдать за листопадом.

Наблюдение за неживой природой

1-я неделя: Наблюдение за небом. Оно яркое, безоблачное или, наоборот, затянуто серыми облаками. Предложить подумать, какое бывает небо перед дождем.

2-я неделя: Рассказать об основных приметах осени (утром прохладно, чаще идет дождик). Предложить детям посмотреть вокруг и подумать, какие еще приметы касаются осени.

3-я неделя: В дождливый день, гуляя под навесом, посмотреть, как идет дождь, люди идут под зонтиком. Рассказать потешку: «Дождик, дождик, полно лить, наших детушек мочить».

4-я неделя: Выйдя на участок обратить внимание детей на теплую погоду. Предложить протянуть руки к солнцу, чтобы они ощутили это тепло.

Наблюдение за животными:

1-я неделя: Наблюдение за кошкой. Рассмотреть ее окраску. Спросить, домашнее это животное или дикое? Доказать. Рассказать потешку про кота.

2-я неделя: Наблюдение за воробьями. Предложить попрыгать, как воробушки. Покормить их крошками.

3-я неделя: Наблюдение за насекомыми. Пчел стало меньше, они готовятся к зиме. Рассказать, что мухи на зиму тоже засыпают: они становятся вялыми, медлительными и ищут себе теплое местечко.

4-я неделя: Наблюдение за стрижами. Они летают стайками, ловят насекомых, готовятся к отлету в теплые края.

***Наблюдение за работой людей*:**

1-я неделя: Рассказать, что осенью в садах и на дачах собирают последний урожай. Спросить, какие фрукты и овощи собирают. Предложить срезать на клумбе цветы и поставить их в вазу.

2-я неделя: Наблюдение за грузовыми машинами. Спросить, что могут перевозить грузовики? Рассказать, что у грузовых машин есть кузов и кабина.

3-я неделя: Спросить, кто должен убирать опавшую листву (это дворник? Взять грабли и предложить ребятам собрать опавшую листву в кучу, чтобы дворнику было легче собирать листья.

4-я неделя: Наблюдение за грузовыми машинами. Почему у них большие колеса? Закрепить названия основных частей грузовика.

Экскурсии, наблюдение за окружающим:

1-я неделя: Рассказать, что началась осень. Те ребята, кому исполнилось семь лет пошли в школу. Вы еще малыши, но будите узнавать много нового на занятиях в детском саду, а когда подрастете, тоже пойдете в школу.

2-я неделя: Обойти вокруг детского сада, рассмотреть постройки, рассказать детям об их назначении (прачечная, мастерская). Учить детей ходить парами.

3-я неделя: Попросить детей показать границы участка. Сказать, что у каждой группы есть свой участок для прогулок, на котором ребята должны соблюдать чистоту. Дети должны гулять на своем участке, чтобы не потеряться.

4-я неделя: Попросить детей принести листья большого или маленького размера, красные или желтые. Поиграть с листьями.

Октябрь

***Наблюдение за растениями*:**

1-я неделя: Наблюдение листопада. Посмотреть, как красиво кружатся листья. Обратить внимание, что листопад бывает при ветре. Если погода безветренная, то покачать дерево и посмотреть, как летят листья.

2-я неделя: Рассмотреть деревья, познакомить детей с их строением. У дерева есть ствол, ветки, листья. А еще у него, как и любого растения есть корни, но они находятся под землей и их не видно.

3-я неделя: Учить различать деревья и кустарники. Обратить внимание, что у дерева один толстый ствол, а у кустарника несколько тонких. Провести игру: «Встань у дерева, у куста».

4-я неделя: Закрепить знания о деревьях. Показать детям листок и попросить принести лист с того же дерева. Развивать наблюдательность

Наблюдение за неживой природой:

1-я неделя: В ветреную погоду обратить внимание, как ветер качает деревья, срывает и крутит листья. Предложить послушать шум ветра. Дать ребятам вертушки или бумажный самолетик. Дети играют с ними на ветру.

2-я неделя: Наблюдение за облаками. Рассмотреть, какие они красивые, белоснежные, пушистые, похожи на кусочки ваты. Обратить внимание, что форма облаков все время меняется.

3-я неделя: Посмотреть, как блестят капельки на листьях, на траве после дождя. Пояснить, что это солнышко светит. После дождя бывают лужи, в них тоже отражается солнце. Постепенно лужи высыхают.

4-я неделя: Наблюдение за дождем с веранды. Сначала он падает редкими каплями, потом постепенно усиливается. Разучить потешку:

Дождик, дождик, как да кап!

Мокрые дорожки.

Все равно пойдем гулять – наденем галошки.

Наблюдение за животными:

1-я неделя: Обратить внимание на птиц, сидящих на проводах. Это стрижи, ласточки, которые готовятся к отлету. Рассказать, что зимой эти птицы не могут найти себе корм, поэтому вынуждены улетать в теплые края.

2-я неделя: Наблюдение за собаками. Спросить, похожи ли кошки и собаки, чем? Учить по определенным признакам узнавать, что это животное (есть мех, хвост, четыре лапы и т. д.)

3-я неделя: Наблюдение за птицами. Дать им корм. Сказать, что на участок прилетают разные птицы. Воробей маленький, серенький, прыгает, чирикает. Голуби больше воробьев, они ходят. Учить различать птиц.

4-я неделя: Спросить, каких домашних животных знают дети. Рассказать, что осенью для домашних животных заготавливают корма, чтобы кормить их зимой.

Наблюдение за работой людей:

1-я неделя: Собираясь на прогулку, воспитатель обращает внимание, что на улице стало холодно, люди надели куртки и пальто. Предложить подумать, почему с похолоданием люди одеваются теплее?

2-я неделя: Наблюдение за машиной скорой помощи. Рассмотреть ее отличительные особенности. Спросить, зачем нужна сирена. Кто работает на скорой помощи? Когда ее вызывают?

3-я неделя: Предложить детям помыть игрушки и поставить некоторые из них сушиться на солнце, а некоторые в тень. Обратить внимание, что на солнце предметы высыхают гораздо быстрее.

4-я неделя: Приучать детей содержать свой участок в чистоте. Спросить, что необходимо делать, чтобы было чисто (не мусорить, убирать игрушки и т. д.) сказать, что после игры с песком, его необходимо смести.

Экскурсии, наблюдение за окружающим:

1-я неделя: Предложить детям рассмотреть осенние листья, собрать самые красивые из них для будущего гербария и поделок.

2-я неделя: Рассмотреть, какой инвентарь есть на участке. Сказать, что во время прогулки нужно соблюдать правила, чтобы не получить травмы. Предложить подумать, что это могут быть за правила.

3-я неделя: Загадать загадки об овощах. Спросить, когда созревают овощи. Какие овощи знают ребята? Что из них можно сделать? Прочитать стихотворение Тувима «Овощи».

4-я неделя: Учить выделять из наблюдаемого характерные признаки осени: похолодало, идут дожди, солнце меньше греет, люди надели теплую одежду и т. д.

Ноябрь

Наблюдение за растениями:

1-я неделя: Наблюдение за деревьями. Обратить внимание, что с некоторых деревьях все листья уже облетели, а на некоторых осталось немного пожухлой листвы. Сказать, что весной деревья снова зазеленеют.

2-я неделя: Наблюдение за цветником. На клумбе не осталось зеленой травы и цветущих растений. Все растения завяли, но они не умерли. Весной многолетники вновь зацветут.

3-я неделя: Рассмотреть семена клена. Сказать, что они называются двукрылкой, потому что имеют два «крыла». Предложить посмотреть, как летают эти «вертолетики».

4-я неделя: На деревьях уже не осталось листьев. Спросить ребят, как теперь узнать, где клен, где береза? Это можно узнать по особенностям строения ствола, по цвету коры.

Наблюдение за неживой природой:

1-я неделя: Обратить внимание детей, что солнце светит, но практически не греет. На улице холодно. Сказать, что солнце все реже появляется на небе, меньше греет и воздух становится холоднее.

2-я неделя: Предложить детям подумать, от чего качаются деревья. Спросить, есть ли сегодня ветер? Как дети узнали, что ветра нет?

3-я неделя: Наблюдая за дождем, обратить внимание, что дождь становится все холоднее, появляются первые снежинки, лужи покрываются тонким, как стекло льдом, но он еще непрочный, от малейшего удара ломается.

4-я неделя: Обратить внимание, что осенью рано темнеет. На небе можно увидеть часть луны. Спросить, что еще можно увидеть на небе.

Наблюдение за животными:

1-я неделя: Предложить найти насекомых. Их нет рассказать, что насекомые на зиму прячутся под землю, под листья, под кору деревьев и спят до весны.

2-я неделя: Спросить, что происходит в лесу с дикими животными. Они тоже готовятся к зиме: нагуляли жир, меняют окраску шерсти, некоторые готовятся к спячке. Назвать диких животных.

3-я неделя: Спросить давно ли ребята видели стрижей, уток. Давно. Они улетели в теплые края. Предложить назвать отличительные особенности птиц (перья, клюв, крылья, две лапки).

4-я неделя: На зиму остались голуби и воробьи, хорошо знакомые детям. Предложить собирать для них крошки и подкармливать птиц.

Наблюдение за работой людей:

1-я неделя: Посмотреть, как люди одеты во время дождя: надевают резиновую обувь, плащи, берут с собой зонтики. Спросить, чем опасно поздней осенью промочить ноги (можно простудиться?

2-я неделя: Наблюдение за самолетом. Сказать, что самолеты бывают пассажирские, которые перевозят людей и грузовые, перевозящие различный груз. Спросить, кто летал на самолете. Предложить поделиться впечатлениями.

3-я неделя: Предложить детям собрать листву и укрыть растения на клумбе. Сказать, что зимой листья и снег предотвратят растения от вымерзания.

4-я неделя: Наблюдение за одеждой людей. Осень подходит к концу. Люди надели зимнюю одежду: теплые куртки, пальто, шубы. Спросить, как люди защищают руки, голову от холода.

Экскурсии, наблюдение за окружающим:

1-я неделя: Пройтись с детьми по дорожкам, усыпанным листьями. Послушать, как они шуршат под ногами. Спросить, что чувствуют ребята, когда ходят по опавшей листве?

2-я неделя: Пройти по территории детского сада и посмотреть, осталась ли где-нибудь зеленая трава или листья. Нет. Попросить детей назвать приметы осени, знакомые детям. Если дети затрудняются ответить или назвали мало примет, подвести их к правильному ответу с помощью наводящих вопросов

3-я неделя: Наблюдение за играми детей. Посмотреть, как играют старшие ребята: они прыгают через скакалку, отбивают мяч. Сказать, что ребята подрастут и тоже научаться так играть. Спросить, в какие игры сейчас играют ребята?

4-я неделя: Обратить внимание, что все лужи покрыты льдом, на реке тоже лед, хоть он еще и не крепкий. Спросить, почему вода замерзла (потому, что холодно? Предложить взять в руки кусочек льда и сжать в ладошке, посмотреть, что будет.

Декабрь

***Наблюдение за растениями*:**

1-я неделя: Подвести детей к цветнику. Остались ли какие-нибудь растения на клумбе? Цветов нет, торчат только засохшие стебли. Спросить, почему не растут цветы? Им холодно формировать элементарные понятия об условиях роста растений.

2-я неделя: Наблюдение за деревьями. Спросить, какие деревья знают ребята, могут ли они их показать? Закрепить знания о строении дерева.

3-я неделя: Все клумбы в снегу. Сказать, что не надо убирать снег с клумб, под ним спит травка, как под пушистым одеялом. Чем больше будет снега, тем теплее траве.

4-я неделя: Наблюдение за деревьями. Посмотреть, все ли ветки целы. Сказать, что во время сильного ветра могут сломаться даже большие ветви, а, иногда, и деревья.

Наблюдение за неживой природой:

1-я неделя: Отметить, что на улице холодно, мороз. Спросить, какое время года пришло к нам в гости. Какие приметы зимы знают ребята?

2-я неделя: Наблюдение снега. Предложить детям половить снежинки. Спросить, какие они? Белые холодные, красивые, легко тают. Познакомить с некоторыми свойствами снега, активизировать активный словарь детей.

3-я неделя: Обратить внимание на погоду: светит солнце, небо голубое, чистое. Посмотреть, как сверкает на солнце снег: хочется зажмурить глаза.

4-я неделя: Наблюдение ветра. Спросить, какой ветер зимой? Он холодный, сильный, свирепый. Предложить вспомнить, какой ветерок дул летом.

***Наблюдение за животными*:**

1-я неделя: Наблюдение за воробьями. Они постоянные гости в детском саду. Насыпать им зернышки. Учить вести себя спокойно возле птиц, т. к. при малейшем шуме, они улетают.

2-я неделя: Наблюдение за собаками. Они бегают, поджимая лапы и хвост. Им холодно. Сказать, что зимой бродячие собаки особенно опасны, потому что страдают от голода и могут напасть на человека.

3-я неделя: Наблюдение за собаками. Спросить, как надо вести себя с бродячими собаками. Познакомить детей с элементарными правилами безопасности при общении с животными.

4-я неделя: Наблюдение за голубями. Они гораздо смелее воробьев. Не бояться подлетать близко к людям, могут даже взять корм из рук.

Наблюдение за работой людей:

1-я неделя: Наблюдение за работой дворника. Осенью он убирал листья, а сейчас чистит дорожки от снега. Спросить, зачем? Чтобы ребятам было удобнее идти по дорожкам в детский сад.

2-я неделя: Вынести лопатки и ведерки. Предложить детям расчистить дорожки от снега. Поиграть со снегом: полепить, сделать снежки.

3-я неделя: Наблюдение за людьми. У них красные щеки и носы. Почему? На улице холодно, поэтому лицо краснеет. Предложить посмотреть друг на друга и увидеть красные носы и щеки.

4-я неделя: Наблюдение за автомобилями. Обратить внимание, что автомобили ездят очень аккуратно, почему? На дорогах снег и лед, надо соблюдать осторожность, чтобы не было аварий.

***Экскурсии, наблюдение за окружающим*:**

1-я неделя: Обойти вокруг детского сада. Травы не видно, листья с деревьев все облетели. Какое настроение у ребят, почему? Сказать, что скоро выпадет снег, и земля покроется белым покрывалом: будет очень красиво, и, наверняка, у ребят поднимется настроение.

2-я неделя: Поймать снежинку на рукавичку. Рассмотреть ее тончайшие узоры. Прочитать стихотворение:

Белая, узорная звездочка-малютка,

Ты слети ко мне на руку,

Посиди минутку.

Покружилась звездочка

В воздухе немножко,

Села и растаяла на моей ладошке.

3-я неделя: Загадать загадки о зиме (о снеге, ветре, морозе, льде). Спросить, что из отгадок ребята уже видели этой зимой. Развивать наблюдательность.

4-я неделя: Заморозить в формочках воду, положив в нее ниточку. Предложить детям украсить этими «игрушками» ветки деревьев. Спросить, какой праздник приближается. Сказать, что к нам в гости придет Дед Мороз, и он будет очень рад увидеть нарядные деревья.

Январь

***Наблюдение за растениями*:**

1-я неделя: Наблюдение за кедром. Обратить внимание, что все деревья стоят голые, только у кедров зеленые иголки. Сказать, что вместо листьев у этого дерева иглы, которые не боятся холода. У каких деревьев тоже есть иголки?

2-я неделя: Рассмотреть различные деревья. Предложить найти деревья с толстыми стволами, затем с тонкими. Предложить подумать, какие деревья старше, почему?

3-я неделя: Сказать, что зимой ветки деревьев очень хрупкие и могут легко сломаться. Отряхнуть ветки от снега. Воспитывать бережное отношение к природе.

Наблюдение за неживой природой:

1-я неделя: Наблюдение за снегом. Предложить детям положить немного снега на варежку и подуть. Он легко сдувается, значит он легкий, воздушный. Попробовать сдуть снег со скамейки, со стола.

2-я неделя: Обратить внимание на ледовые украшения, которые ребята развешивали на деревьях. Они стали меньше. Сказать, что на солнце лед тает, поэтому наши украшения стали меньше.

3-я неделя: Продолжать знакомство со свойствами снега. Предложить снять варежки и потрогать снег. Какой он? Холодный, липкий. Попробовать полепить из снега.

***Наблюдение за животными*:**

1-я неделя: Обратить внимание, что к кормушке прилетают новые птицы – это синички. Они прилетели из леса в поисках пищи. Эти птички очень любят семечки и сало.

2-я неделя: Предложить сравнить птиц. Голуби, вороны хотят важно, не спеша. Воробьи и синички прыгают, быстро машут крыльями. Предложить повторить повадки птиц.

3-я неделя: Наблюдение за кошкой. Она идет высоко, поднимая лапы, отряхивает их от снега. Сказать, что снег мокрый, а кошки не любят воду.

***Наблюдение за работой людей*:**

1-я неделя: Сказать детям, что пока они отдыхали, выпало много снега. Спросить, кто убирает снег? Предложить взять лопатки и метелки и расчистить дорожки, посыпать их песком

2-я неделя: Наблюдение за одеждой людей. Какая одежда помогает уберечься от холода? Посмотреть друг на друга и назвать, во что одеты дети. Спросить, почему надо одеваться тепло (чтобы не заболеть?

3-я неделя: Наблюдение за снегоуборочной машиной. Рассмотреть ее строение. Специальными лопастями она загребает снег. Сказать, что снег с дороги надо убирать, чтобы машинам было удобнее ездить.

***Экскурсии, наблюдение за окружающим*:**

1-я неделя: Обратить внимание на множество следов на свежевыпавшем снегу. Предложить подумать, чьи это следы. Здесь прошли люди, а здесь прыгали птички. Предложить оставить свои отпечатки обуви.

2-я неделя: Взять на прогулку лопатки, формочки, полепить из снега. Попробовать слепить снеговика или домик. Поиграть в снежки.

3-я неделя: Наблюдение за играми старших детей. Они катают друг друга на санках. Спросить, в какие игры еще играют зимой. Могут ли ребята кататься на коньках?

Февраль

Наблюдение за растениями:

1-я неделя: Напомнить, что снег защищает деревья и другие растения от вымерзания. Предложить сгрести снег к деревьям, чтобы им было теплее.

2-я неделя: Спросить, растут ли сейчас растения. Нет, на улице холодно, а для растений необходимо тепло. Предложить посадить в группе лук и понаблюдать за его ростом.

3-я неделя: Наблюдение за деревьями. Закрепить, что у каждого дерева есть ствол и ветки, ствол покрыт корой. У одного дерева кора темная, у другого – светлая.

4-я неделя: Обратить внимание, что у деревьев не только разные по толщине стволы, но и различная высота. Поиграть в игру: «Раз, два, три – к высокому (низкому) дереву беги!»

Наблюдение за неживой природой:

1-я неделя: Наблюдение неба. Солнце появляется редко, небо затянуто. Спросить, какое бывает небо, когда идет снег.

2-я неделя: После снегопада показать, какие высокие сугробы намело вокруг. Сказать, чем больше выпадает снега, тем выше образуются сугробы.

3-я неделя: Предложить набрать снег в небольшое ведерко. После прогулки, занести его в группу. Понаблюдать, как тает снег. От него осталась одна грязная вода. Сделать вывод, что снег – это замерзшая вода.

4-я неделя: Наблюдение сосулек. В конце зимы на крыше появились сосульки, это потому, что на крыше стал таять снег, морозе капельки замерзают и превращаются в сосульки.

***Наблюдение за животными*:**

1-я неделя: Наблюдение за собакой. Учить различать характерные признаки внешнего вида (большая, черная, лохматая и т. д., познакомить с особенностями поведения (бегает, прыгает, виляет хвостом, когда радуется).

2-я неделя: Наблюдение за голубями. Отметить, что голуби бывают разной величины и разного цвета: белые, коричневые, сизые. Иногда их называют сизарями.

Голуби, голуби, раз, два, три…

Прилетели голуби, сизари.

Сели и нахохлились у дверей.

Кто накормит крошками сизарей? (И. Токмакова)

3-я неделя: Наблюдать за воробьями: рассмотреть их внешний вид, повадки. Воробей маленький, юркий, прыгает, чирикает.

Жили-были два воробушка,

Два маленьких, два хорошеньких,

Один - Чик, другой Чирик,

Оба вместе Чик-Чирик!

4-я неделя: Спросить, детей, почему не видно насекомых, куда они спрятались? Принести в группу кусок коры или комок земли, дать оттаять. Посмотреть, что и в коре, и в земле прячутся насекомые. Они спали там всю зиму.

Наблюдение за работой людей:

1-я неделя: Спросить, можно ли есть снег? Почему? Выслушать разные ответы. Предложить вспомнить, что стало в группе с растаявшим снегом (он превратился в грязную лужу). Сказать, что такую воду пить нельзя.

2-я неделя: Обратить внимание на труд дворника: он скалывает лед и посыпают дорожки песком, чтобы люди не падали, очищают тротуары от снега большими лопатами и скребками. Их труд облегчает снегоуборочная машина.

3-я неделя: Наблюдение за военными. Сказать, что в феврале мы отмечаем День защитника Отечества. Посмотреть, как солдаты идут строем, какая на них форма. Спросить, хотели бы мальчики, когда подрастут, стать военными?

4-я неделя: Наблюдение за работой грузчиков. К детскому саду подъехала машина, и грузчики выгружают мебель. Сказать, что это тяжелая работа.

***Экскурсии, наблюдение за окружающим*:**

1-я неделя: Уточнить представления детей о признаках зимы (холодно, снег, можно кататься на санках и коньках). Вызывать радостные переживания от зимней прогулки.

2-я неделя: Показать детям, что под крышами домов висят сосульки. Спросить, можно ли играть и бегать под ними? Почему нельзя? рассказать о правилах, которые надо соблюдать при появлении сосулек.

3-я неделя: Обратить внимание детей на снег. Он стал рыхлым, ноздреватым, потемнел. Это происходит оттого, что солнце стало греть немного теплее и снег подтаивает.

4-я неделя: Пройти по территории детского сада. Отметить произошедшие изменения. Снег потемнел и осел, кое-где видна земля – это проталины. Чувствуется приближение весны.

Март

Наблюдение за растениями:

1-я неделя: Наблюдение за травой. Сказать детям, что начался первый весенний месяц – март. Спросить видна ли трава, почему нет? Раскопать снег и посмотреть, что даже под снегом травы еще нет.

2-я неделя: Наблюдение за деревьями. Обратить внимание, что на осине уже набухли почки. Показать детям веточку вербы. Сказать, что первой из деревьев начинает цвести верба. Предложить поставить ветку в воду и проследить появление листьев.

3-я неделя: Подойти к трубам отопления и обратить внимание на травку, которая пробивается из-под земли. Спросить, почему именно здесь появилась трава? Потому, что от труб отопления идет тепло.

4-я неделя: Наблюдение за одуванчиком. Возле труб отопления или возле домов уже можно увидеть первую травку. Закрепить понятие о том, что для роста растений необходимо тепло.

Наблюдение за неживой природой:

1-я неделя: Наблюдение за ветром. Он еще холодный. Сказать детям, что с наступлением весны, солнце будет припекать больше и ветер потеплеет.

2-я неделя: Наблюдение за таянием снега и льда. Спросить, почему начал таять снег? Стало теплее, солнышко пригревает больше, поэтому снег и лед тают.

3-я неделя: Наблюдение солнца. Обратить внимание, что стало раньше светлеть и позже темнеть, солнце поднимается выше и светит ярче.

4-я неделя: Предложить детям подойти к клумбе, потрогать землю. Она еще холодная, мерзлая, кое-где лежит снег. Спросить ребят, можно ли сейчас вскопать грядки и посадить цветы? Почему нельзя?

Наблюдение за животными:

1-я неделя: Наблюдение за птицами. Они более оживлены, весело чирикают. Чувствуют приближение весны.

2-я неделя: Наблюдение за кошкой с котятами. Посмотреть, как нежно она относится к своим детенышам. Спросить, как мамы относятся к своим детям?

3-я неделя: Сказать, что весной из теплых стран возвращаются птицы. Спросить, знают ли ребята, каких-нибудь перелетных птиц? Если ребята затрудняются ответить, назвать 2-3 птицы (грач, стриж, ласточка). В группе показать этих птиц на картинке.

4-я неделя: Наблюдение за насекомыми. С первыми теплыми днями появляются мухи, выползают жуки. Постараться поймать жука и рассмотреть его строение. После наблюдения обязательно отпустить насекомое. Воспитывать бережное отношение к природе.

***Наблюдение за работой людей*:**

1-я неделя: Наблюдение за работой полиции. Рассмотреть полицейскую машину. Спросить, зачем нужна сирена? В чем заключается работа полицейских, когда их вызывают? Сказать, что телефон полиции 02.

2-я неделя: После сильного ветра, обратить внимание, как много на земле обломанных веток, больших и маленьких. Предложить навести порядок на участке: убрать сломанные ветки.

3-я неделя: Наблюдение за общественным транспортом. Спросить, какой общественный транспорт знают ребята (у нас это – автобус, такси, электричка, существуют еще троллейбус, трамвай, метро). Закрепить правила поведения в общественном транспорте.

4-я неделя: Снег тает, и по дороге побежали ручейки. Предложить детям лопатками прокапать дорожку для ручейка. Посмотреть, как вода потечет по ложбинке.

Экскурсии, наблюдение за окружающим:

1-я неделя: Предложить ребятам осмотреть все участки и оборудования на них. Можно увидеть горки, лесенки, песочницы, бревнышки и т. д. Спросить, нужно ли соблюдать какие-нибудь правила во время игр на участке, и какие?

2-я неделя: Обратить внимание на участки земли с растаявшим снегом. Это проталины. Посмотреть, где образуются проталины. Проталин больше там, куда попадает солнце.

3-я неделя: Наблюдение за погодой. Сравнить погоду зимой и сейчас, в конце марта. Хотя настоящее тепло еще не наступило, но больших холодов уже нет.

4-я неделя: Обойти территорию детского сада. Снега уже не осталось. Земля черная, сырая, кое-где видны лужи. На некоторых деревьях уже набухли почки. Спросить, приметы какого времени года могут видеть ребята?

Апрель

Наблюдение за растениями:

1-я неделя: Закрепить знания о деревьях и кустарниках. Повторить строение дерева. Обратить внимание на то, что у дерева один толстый ствол, а у кустарника несколько тонких.

2-я неделя: Показать веточки березы, осины, клена. Рассмотреть почки на каждой из них. Отметить, что на разных деревьях почки набухли неодинаково, значит и листики у них появятся не одновременно.

3-я неделя: Показать детям, что возле домов на солнце уже появилась травка. Предложить найти траву в затененных местах. Ее еще нет. Спросить, почему? Подвести детей к пониманию зависимости растений от тепла и солнечного света.

4-я неделя: Наблюдение за черемухой. Обратить внимание детей, что у черемухи первой появились листочки. Аккуратно потрогать их. Они клейкие, нежные, еще совсем молоденькие. Со временем, они станут больше и темнее.

Наблюдение за неживой природой:

1-я неделя: Весеннее солнышко теплое, хочется снять варежки, подставить лицо солнцу. Вынести маленькое зеркальце и попускать солнечные зайчики.

2-я неделя: Предложить детям найти и принести необычные красивые камни. Рассмотреть их. У одних камней края острые, у других – гладкие. Камни разного цвета и разного размера. Выбрать самые необычные и принести их в группу, в экологическую зону.

3-я неделя: Подвести детей к клумбе и предложить потрогать землю. Она уже оттаяла и ее можно перекапывать. Сказать, что скоро мы будем сажать рассаду цветов и сеять семена.

4-я неделя: Наблюдение за дождем. Снег уже не идет. Спросить, почему? Потому что уже тепло. Закрепить, что, когда холодно - идет снег, погода теплая – дождь.

***Наблюдение за животными*:**

1-я неделя: Наблюдение за кошкой. Посмотреть, свернулась ли она клубочком или лежит, растянувшись. Сказать, что, если кошка сворачивается клубочком и прячет нос – к холоду, если катается по земле – к теплу.

2-я неделя: Наблюдение за насекомыми. Уже можно увидеть муравьев. Рассмотреть их строение. Они ползут друг за другом, несут в муравейник еду (крошки, жучков) и строительный материал (веточки, травинки).

3-я неделя: Сказать, что весной у домашних животных появляются детеныши. Назвать домашних животных. За лето малыши вырастут, окрепнут, наберутся сил. С приходом холодов, они спокойно переживут зиму.

4-я неделя: Наблюдение за птицами. Они активно строят гнезда. Спросить, откуда появляются птенцы? Если дети затрудняются ответить, то сказать, что птицы откладывают яйца, высиживают их, затем вылупляются птенцы.

Наблюдение за работой людей:

1-я неделя: Наблюдение за вертолетом. Рассказать, что вертолеты перевозят не только людей, но и грузы. Еще вертолеты помогают в работе МЧС: они помогают в поисках людей, вывозят пострадавших из труднодоступных мест.

2-я неделя: Наблюдение за одеждой людей. Зима прошла, стало намного теплее и люди надели более легкую одежду. На самих ребятах весенние курточки или пальто, более тонкие шапочки. Некоторые взрослые ходят без головного убора.

3-я неделя: На клумбе убрать прошлогоднюю листву, засохшие ветки. Предложить детям собрать листья в пакеты и вместе с ними выбросить мусор в контейнеры. Приучать к аккуратности.

4-я неделя: Наблюдение за работой плотников. Привести детей в фургончик плотника. Понаблюдать, как он чинит мебель. Учить бережно относиться к мебели в группе.

Экскурсии, наблюдение за окружающим:

1-я неделя: На дворе уже апрель, но погода капризная, то идет дождь, то снег, который быстро тает; то греет солнце, жарко, то дует ледяной ветер. Сказать, что про апрель говорят: апрель – месяц обманчивый.

2-я неделя: Продолжить наблюдение за одеждой людей. Некоторые взрослые и более старшие дети гуляют без шапок. Спросить, можно ли ходить без головного убора? Почему нельзя?

3-я неделя: На глазах у детей вскопать землю. Дети наблюдают, что земля черная, влажная, с корешками и небольшими камешками. Сказать, что для того, чтобы цветы лучше росли, надо выбрать камни и коренья.

4-я неделя: Наблюдение за песком. Он уже полностью оттаял. Можно играть с песком, делать куличики. Предложить поиграть в «Кулинарию», напечь «пирожки».

Май

Наблюдение за растениями:

1-я неделя: Наблюдение за цветами мать-и-мачехи. Рассмотреть ее желтые цветочки. Сказать, что это лекарственное растение, оно помогает при простуде. Обратить внимание, что сначала растение цветет, и лишь потом появляются листья.

2-я неделя: Наблюдение за цветущей черемухой. Рассмотреть цветы, вдохнуть их аромат. Сказать, что после цветения на дереве появятся ягоды, которые очень полезны.

3-я неделя: Наблюдение за цветущими фруктовыми деревьями. Вишня радует нежно-розовым цветением. Воспитывать эстетическое отношение к природе.

4-я неделя: Обратить внимание детей, что земля покрыта травянистым ковром. Деревья радуют зеленой листвой. Весна подходит к концу, скоро начнется лето.

Наблюдение за неживой природой:

1-я неделя: Наблюдение радуги после дождя. На небе появилось солнышко, и засверкала радуга. Какие цвета можно увидеть?

Радуга – дуга, не давай дождя!

Давай солнышка, колоконышка!

2-я неделя: Наблюдение за температурой воздуха. Солнышко греет лучше, и на улице тепло. Иногда по утрам еще бывает прохладно, но к обеду становится теплее.

3-я неделя: Наблюдение за длительностью дня. Солнышко поднимается высоко, утром, когда идем в детский сад, уже светло, вечером, темнеет гораздо позже.

4-я неделя: Наблюдение за ветром. Дует легкий, теплый ветерок. Он приятно охлаждает лицо. Вспомнить, какой ветер дул зимой или ранней весной.

Наблюдение за животными:

1-я неделя - 2-я неделя: Наблюдение за птицами. Они весело чирикают, строят гнезда, готовятся к высиживанию птенцов. Подвести детей к скворечнику и понаблюдать, есть ли в нем жильцы.

3-я неделя: Наблюдение за насекомыми. Подвести детей к цветущим деревьям и послушать пчелиный гул. Сказать, что насекомые опыляют растения. Если не будет пчел и других насекомых, то не будет и плодов.

4-я неделя: Наблюдение за бабочками. Рассмотреть ее окраску, как весело она порхает крылышками. Сказать, что бабочки бывают различной окраски. Учить любоваться насекомыми, не разрушая природу.

Наблюдение за работой людей:

1-я неделя: Спросить, у кого есть дачи. Какие работы производятся на даче весной? Обратить внимание, что в детском саду тоже идет перекопка клумб, для того, чтобы посадить рассаду.

2-я неделя: Рассмотреть семена гороха и фасоли, их размер и форму. Посадить семена гороха и фасоли. Не забыть полить посаженные семена.

3-я неделя: Наблюдение за посадкой семян растений. Рассмотреть семена бархоток, настурции, календулы. Сделать в почве бороздки и посеять семена. Не забыть их полить.

4-я неделя: Наблюдение за одеждой людей. Люди ходят без курток, головные уборы нужны для того, чтобы защитить голову от солнечных лучей.

Экскурсии, наблюдение за окружающим:

1-я неделя: Предложить детям назвать приметы весны. Весна в самом разгаре, поэтому у ребят не должно возникнуть затруднений. Предложить найти эти приметы в окружающей среде.

2-я неделя: Наблюдение отражений в лужах. Предложить посмотреть, что же отражается в воде? Облака, солнце. Если наклониться над лужей, то можно увидеть свое отражение.

3-я неделя: Предложить детям бросить в лужу камешки, веточки. Обратить внимание, что камешки тонут, а веточки продолжают плавать. Таким образом, дети знакомятся с некоторыми свойствами предметов.

4-я неделя: Сказать, что весна подошла к концу. Спросить, какое время года наступает? Какие приметы лета уже можно ощутить и увидеть?

3.2.5. Методическое обеспечение образовательного процесса

1. *Авдеева, Н. Н.* Безопасность на улицах / Н. Н. Авдеева. - М. : ООО «Издательство АСТ- ЛТД», 1997.
2. *Авдеева, Н. Н.* Безопасность : учеб. пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста / Н. Н. Авдеева, О. Л. Князева, Р. Б. Стеркина. - М. : 000 «Издательство АСТ-ЛТД», 1997.
3. *Агафонова, К. В.* Дети и дорожное движение / К. В. Агафонова. - М. : Просвещение, 1978.
4. *Арапова-Пискарева, Н. А.* Формирование элементарных математических представлений в детском саду. Программа и методические рекомендации / Н. А. Арапова-Пискарева. - М. : Мозаика-Синтез, 2006.
5. *Богуславская, З. М.* Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста / З. М. Богуславская, Е. О. Смирнова. - М. : Просвещение, 1991.
6. *Венгер, Л. А.* Воспитание сенсорной культуры от рождения до 6 лет / Л. А. Венгер, Э. Г. Пилюгина, Н. Б. Венгер. - М. : Просвещение, 1988.
7. *Галанова, Т. В.* Развивающие игры с малышами до 3 лет / Т. В. Галанова. - Ярославль : Академия развития, 2007.
8. *Гербова, В. В.* Занятия по развитию речи во второй младшей группе детского сада. Планы занятий / В. В. Гербова. - М. : Мозаика-Синтез, 2007.
9. *Губанова, Н. Ф.* Развитие игровой деятельности. Система работы во второй младшей группе детского сада / Н. Ф. Губанова. - М. : Мозаика-Синтез, 2008.
10. *Добрушин, А. Д.* Как беречь детей / А. Д. Добрушин. - Таллин : Валгус, 1976.
11. *Дорохов, А. А.* Зеленый, желтый, красный / А. А. Дорохов. - М. : Детская литература, 1975.
12. *Дошкольное* воспитание : журн. - 1990. -№ 8 ; 1991. -№ 2, 7.
13. *Душное, А. С.* Моя улица / А. С. Душнов. - М. : ДОСААФ, 1981.
14. *Дыбина, О. Б.* Ребенок и окружающий мир. Программа и методические рекомендации / О. Б. Дыбина. - М. : Мозаика-Синтез, 2008.
15. *Ерофеева, Т. И.* Математика для дошкольников : кн. для воспитателя детского сада /Т. И. Ерофеева, Л. Н. Павлова, В. П. Новикова. - М. : Просвещение, 1993.
16. *Зацепина, М. Б.* Музыкальное воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации / М. Б. Зацепина. - М. : Мозаика-Синтез, 2008.
17. *Карпухина, Н. А.* Конспекты занятий во второй младшей группе детского сада. Знакомство дошкольников с окружающим миром. Физическая культура. Утренняя гимнастика : практич. пособие для воспитателей и методистов ДОУ / Н. А. Карпухина. - Воронеж : ЧП Лакоценин С. С, 2008.
18. *Кириллова, О. С.* Красный - стой, зеленый - можно. Желтый светит - осторожно : для воспитателей дошкольных учреждений, учителей начальных классов / О. С. Кириллова, Б. П. Гучков. - Волгоград : Семь ветров, 1995.
19. *Клименко, В. Р.* Обучайте дошкольников правилам движения / В. Р. Клименко. - М. : Просвещение, 1973.
20. *Клочанов, Н. Н.* Дорога, ребенок, безопасность : метод, пособие по правилам дорожного движения для воспитателей / Н. Н. Клочанов. - Ростов н/Д. : Феникс, 2004.
21. *Комарова, Т. С.* Занятия по изобразительной деятельности во второй младшей группе детского сада : конспекты занятий / Т. С. Комарова. - М. : Мозаика-Синтез, 2007.

22. *Комарова, Т. С.* Изобразительная деятельность в детском саду. Программа и методические рекомендации / Т. С. Комарова. - М. : Мозаика-Синтез, 2005.
23. *Кривич, М.* Школа пешехода / М. Кривич, О. Ольгин. - М. : Малыш, 1984.
24. *Маландин, Н. Г.* Внимание - дети / Н. Г. Маландин. - М. : Педагогика, 1975.