

Проект
по летней оздоровительной работе
«Я рисую лето!»
для детей от 4 до 7 лет

Актуальность проекта

Проблема здоровья детей была, есть и будет актуальной. Работа педагогического коллектива планируется с учетом выполнения задачи по полноценному физическому развитию, сохранению и укреплению здоровья детей.

Лето – самое благоприятное время для укрепления и развития детей. Работа в ДОУ в летний период организована так, чтобы дети провели его с радостью и удовольствием и получили заряд бодрости и здоровья. Поэтому, на летний оздоровительный период в старшей группе воспитателями реализуется система мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей.

Тип проекта: информационно - познавательно – оздоровительный

Вид проекта: фронтальный

Срок реализации: 3 месяца (1 июня - 31 августа)

Участники проекта: воспитанники групп для детей от 4 до 7 лет, их родители, сотрудники учреждения.

Цель проекта: Сохранение и укрепление физического и психического, социального здоровья воспитанников в летний период с учетом индивидуальных особенностей.

Задачи проекта:

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма;
2. Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей, их нравственное воспитание, развитие любознательности и познавательной активности, формирование культурно – гигиенических и трудовых навыков;
3. Осуществлять педагогическое и санитарное просвещение родителей по вопросам воспитания детей в летний период;
4. Продолжить эстетическое воспитание посредством развития музыкально – художественных способностей детей.

Ожидаемый результат реализации проекта:

1. Улучшение состояния физического и психологического здоровья дошкольников.
2. Развитие у детей познавательной активности, творческих способностей, коммуникативных навыков.
3. Повышение уровня адаптации к современным условиям жизни.
4. Овладение педагогами современными образовательными технологиями.
5. Повышение компетентности родителей в области организации летнего отдыха детей.

Формы оздоровительных мероприятий в летний период

Утренняя гимнастика на свежем воздухе

Занятия по физической культуре на свежем воздухе

Подвижные игры на свежем воздухе (сюжетные, не сюжетные с элементами соревнований; дворовые, народные с элементами спорта)

Двигательные разминки (упражнения на развитие мелкой моторики, ритмические движения, упражнения на развитие и координацию движений, упражнения в равновесии, упражнения для активации у детей работы глазных мышц, гимнастика расслабления, упражнения на формирование правильной осанки, упражнения на формирование свода стопы).

Элементы видов спорта, спортивные упражнения.

Гимнастика пробуждения; гимнастика сюжетно – игрового характера «Сон ушёл. Пора вставать. Ножки, ручки всем размять».

Упражнения после дневного сна с предметами и без предметов, на формирование правильной осанки, на формирование свода стопы, имитационного характера, сюжетные или игровые, с простейшими тренажёрами (гимнастические мячи, гантели, резиновые кольца и т. д.), на развитие мелкой моторики, на координацию движений, в равновесии.

Закаливающие мероприятия: умывание прохладной водой, хождение босиком по ребристой дорожке, траве, камушкам и т. д., солнечные и воздушные ванны.

Индивидуальная работа в режиме дня.

Спортивные праздники, развлечения, досуги.

Комплексно-тематическое планирование в старшей группе. на июнь-август 2023г.

День недели	Мероприятия
Июнь	
01.06. «Солнечное детство»	<u>Задача:</u> организовать весёлый досуг детей; активизировать мыслительную деятельность; развивать дружеские отношения между детьми. «Лето начинается» Праздник-развлечение «Лето красное – пора прекрасная!» Чтение: «Всемирный день ребенка», «Нашим детям» Н. Майданик Рисование (красками) «Счастливое детство» Словесная игра «Добрые слова», «Назови по-разному», «Когда я вырасту, то я стану» Знакомство и разучивание песни «Пусть всегда буду Я». Пальчиковая игра «Семья», «Апельсин», «Братцы». Голубь-птица мира» (коллективная аппликация).
02.06. «Безопасность и лето»	<u>Беседа:</u> «Лето красное пришло и о безопасности вспомнить нам пришло», «Как лето помогает нам быть здоровыми». Рассматривание иллюстраций о летнем отдыхе, «Как вести себя в жару на участке (у водоема)», «Наша безопасность на улице и дома». <u>Чтение:</u> «Вот и лето подоспело» В. Данько
05.06. «Солнце, воздух и вода - наши верные друзья!»	Оформление родительского уголка «Лечебно - профилактические мероприятия в летний период». <u>Беседа:</u> «Солнце – источник тепла и света», «Чистый воздух и вода – богатство страны» Опыты с водой и воздухом «Воздух какой он?», «Для чего нужна вода?» Наблюдения – эксперимент за солнцем (через цветные стёклышки, солнечные очки). Рисование «Ласковое солнышко» (нетрадиционная техника рисования). <u>Чтение:</u> сказки Т. А. Шорыгиной. С/р «Летние забавы», «Едем загорать». Д/и «Когда это бывает», «Выложи солнце». П/и «Солнце и тень», «Солнце и дождь».
06.06. Пушкинский день России Наши любимые писатели	Познавательный час «У Лукоморья...» (Пушкинский день России – 6 июня) Литературная викторина «В мире сказки» Рисование «По страницам любимых сказок» Выставка книг «Русские народные сказки» Выставка детских рисунков «Эти волшебные сказки». П/и: «Пузырь», «Поймай комара», «Воробушки и автомобиль» Рассматривание иллюстраций к произведениям автора Прослушивание произведений в аудиозаписи (сказки) Сюжетно – ролевая игра: «Библиотека» Дидактические игры: Составь сказку «Что было-бы если?»; «Узнай героя

	по описанию».
07.06. «День юного пешехода»	Беседа: «Безопасное поведение на улице», «Сигналы светофора», «Дорожные знаки». Рассматривание иллюстраций по теме. Чтение: В. Семерин «Запрещается – разрешается», Б. Житков «Что я видел» С. Михалков «Дядя Стёпа милиционер». Д/и «Подбери колесо для машины», «На чём я путешествую», «Виды транспорта». С/р «Юный пешеход», «Школа пешехода». Прогулка по улице с соблюдением ПДД. Игры в песочнице «Дорога для машин».
08.06. «Рисование на асфальте»	Конкурс «Как прекрасен этот мир!» Беседа «Я, ты, он, она – все мы малая детвора!», «Голубь – символ мира». Рассматривание иллюстраций о мире, о детях, о лете.
09.06. 12 июня – День независимости Росси День российской почты	Беседы «Мой дом – моя страна». Рассматривание иллюстраций, чтение книг. Разучивание стихотворений о России. «Наш город» (конкурс рисунков – нетрадиционная техника) Досуг «Страна родная» (День России - 12 июня) Летняя олимпиада «Мы верные сыны твои, Россия!» посвящённая Дню России Творческая мастерская: «Флажки» (раскрашивание российского флага). Коллективная работа (коллаж) «Россия – наш общий дом». Рисование Российского флага (краской) Чтение художественной литературы и беседы по прочитанному: Т.М.Слуцкер «Незнайка и светофор»; Н.Носов «Автомобиль» Су-джок «На полянке, на лужайке», «Этот спелый абрикос»
13.06. «Дни здоровья»	<u>Задача</u> : формировать у детей интерес к физической культуре и потребность в здоровом образе жизни «День чистюль» <u>Беседы о здоровом образ жизни</u> : «Чистота – залог здоровья», «Чтобы быть здоровым, надо быть чистым». Мойдодыр с сундучком «Чистюля» и Викториной «Знаете ли вы правила личной гигиены?» <u>Чтение</u> : «Воспаление хитрости» А. Шим, С. Михалков «Чудесные таблетки», сказка «Муха- грязнуха» Т. А. Шорыгина, Г. Горн «Энциклопедия здоровья в сказках и рассказах для самых маленьких», А. Барто «Девочка чумазая», К. Драгунский «Лекарство от послушности». Сочинение небылиц о зубках. Д/и «Туалетные принадлежности», «Для чего предмет». С/р «Поликлиника», «Стоматология».
14.06. «День Здоровичка и Здоровинки»	Продолжаем дни здоровья! Беседы с доктором Айболитом и сундучком «Кладовая здоровья», «Как работают врачи?», «Как стать неболейкой», «Как работает мой организм». Экскурсия в медицинский кабинет «Показ приемов первой медицинской помощи при ушибах, порезах». <u>Опытно-исследовательская деятельность</u> : измерение своего роста, веса. <u>Чтение</u> : К. Чуковского «Доктор Айболит», Т.А. Шорыгина «Маленькие путешественники».

	С/р «Больница», «Аптека», «Лечим кукол и зверей». <u>Прогулка</u> : закаливающие процедуры
15.06. «Витаминный день»	Беседы «Где живут витаминки?», «Полезные продукты – овощи и фрукты». Конкурс загадок «Сладкая аптека в лесу?». Инсценировка стихотворения «Сбор овощей». Д/и «Найди по описанию», «Чудесный мешочек». Выставка детских рисунков «Полезные продукты», лепка «Консервируем на зиму». С/р «Салон красоты» (маски из огурца, «Повара». П/и «Съедобное – несъедобное», «Найди пару». Экскурсия в продуктовый магазин.
16.06. «В здоровом теле – здоровый дух!»	<u>Беседа</u> : «Что такое пешие прогулки?», «Нет отдыха прекраснее туризма». Рассматривание географической карты; о спортсменах – туристах. Рассказ - путешествие по родному краю «Что можно рассказать туристу о нашем поселке». Складывания из бумаги головных уборов для похода. Чтение рассказов Н. Носова «Для чего нужна зарядка», И. Арсеев «На велосипеде», «Игра в мяч».
19.06. «В гостях у королевы Этикета»	«Что такое этикет?» Беседа «Этикет – порядок поведения людей», «Этикет и мой дом». <u>Чтение художественной литературы</u> : А. Барто «Друзья, вот вам на всякий случай», «Медвежонок – невежа», С. Маршак «Знал я одного ребенка». Проигрывание ситуаций «Как надо сделать, чтобы ...» С/р «Семья», «Дом»
20.06. «Столовый этикет»	Беседы «Культура еды – серьезное дело», <u>«Накроем стол</u> : сервировка праздничного и ежедневного стола», «Красивое застольное поведение». Упражнения, в которых дети запоминают правила столового этикета «Моя помощница – салфетка»; «Как что едят», «За столом я ем вилкой и ножом», «Если к вам пришли гости». Рассматривание сюжетных картинок по теме. <u>Чтение</u> : китайская сказка «Каждый свое получил», Д. Гричев «Обед», М. Потоцкая «Острое поросячье заболевание», Ю. Тувим «Овощи», А. Толстой «Золотой ключик или Приключения Буратино». С/р «Детский сад», «Семья»
21.06. «Что такое лето?»	<u>Беседа</u> : «Летний день», «Почему лето называют красным?». Рассматривание иллюстраций по теме. Д/и «Что где растет», «Когда цветет», «Узнай по описанию», «Съедобное, несъедобное», «Хорошо-плохо», «Кто живет у воды», «Опасно-безопасно» <u>Чтение</u> : В. Тютчев «Какого цвета лето?», загадки о цветах и травах. Рисование «Летний пейзаж» Слушание муз. произведение «Вальс цветов» П. И. Чайковского. С/р игра «Магазин цветов».
22.06 День памяти и скорби День мира	Беседа «День памяти и скорби». Минута молчания «В честь не вернувшихся с войны» Слушание и исполнение песен о войне. Рисунки на асфальте «Нам нужен мир» «День дружбы». Беседа о дружбе;

	Рисование голубя (краской)
23.06. День подвижных игр «Здоровейка»	Спортивный праздник «Летняя олимпиада» (Международный день Олимпийских игр – 23 июня) Беседа «Спортсмены из страны мульти –пульти». Рассматривание книг, альбомов о спорте. Рассказы детей о споре в семье. <u>Чтение:</u> «Я расту» А. Барто, «Маленький спортсмен» О. Шим. Посещение спортивного уголка в группе «Кладовая здоровья». Подвижные игры на спортивной площадке «Здоровейка».
26.06. «День Здоровичка и Здоровинки»	Беседы с доктором Айболитом и сундучком «Кладовая здоровья»: «Как работают врачи?», «Как стать неболейкой», «Как работает мой организм». Экскурсия в медицинский кабинет «Показ приемов первой медицинской помощи при ушибах, порезах». <u>Опытно–исследовательская деятельность:</u> измерение своего роста, веса. <u>Чтение:</u> К. Чуковского «Доктор Айболит», Т.А. Шорыгина «Маленькие путешественники». С/р «Больница», «Аптека», «Лечим кукол и зверей». <u>Прогулка:</u> закаливающие процедуры.
27.06. «Витаминный день»	Беседы «Где живут витаминки?», «Полезные продукты – овощи и фрукты». Конкурс загадок «Сладкая аптека в лесу?». Инсценировка стихотворения «Сбор овощей». Д/и «Найди по описанию», «Чудесный мешочек». Выставка детских рисунков «Полезные продукты», лепка «Консервируем на зиму». С/р «Салон красоты» (маски из огурца, «Повара». П/и «Съедобное – несъедобное», «Найди пару». Экскурсия в продуктовый магазин.
28.06. «В здоровом теле – здоровый дух!»	<u>Беседа:</u> «Что такое пешие прогулки?», «Нет отдыха прекраснее туризма». Рассматривание географической карты; о спортсменах –туристах. Рассказ - путешествие по родному краю «Что можно рассказать туристу о нашем поселке». Складывания из бумаги головных уборов для похода. Чтение рассказов Н. Носова «Для чего нужна зарядка», И. Арсеев «На велосипеде», «Игра в мяч».
29.06. В гостях у королевы Этикета»	«Что такое этикет?» Беседа «Этикет – порядок поведения людей», «Этикет и мой дом». Чтение художественной литературы: А. Барто «Друзья, вот вам на всякий случай», «Медвежонок – невежа», С. Маршак «Знал я одного ребенка». Проигрывание ситуаций «Как надо сделать, чтобы ...» С/р «Семья», «Дом».
30.06. «Столовый этикет»	Беседы «Культура еды – серьезное дело», «Накроем стол: сервировка праздничного и ежедневного стола», «Красивое застольное поведение». Упражнения, в которых дети запоминают правила столового этикета «Моя помощница – салфетка»; «Как что едят», «За столом я ем вилкой и ножом», «Если к вам пришли гости». Рассматривание сюжетных картинок по теме.

	<p>Чтение: китайская сказка «Каждый свое получил», Д. Гричев «Обед», М. Потоцкая «Острое пороссячье заболевание», Ю. Тувим «Овощи», А. Толстой «Золотой ключик или Приключения Буратино».</p> <p>С/р «Детский сад», «Семья».</p>
--	--

Работа с родителями (июнь):

Консультация на тему «Опасности, которые подстерегают вас летом».

Папка-передвижка на тему «Закаливание – первый шаг на пути к здоровью».

Выставка детских рисунков на тему: «12 июня – день независимости России!»

Беседа на тему «Как с пользой и весело провести лето вместе с ребёнком».

Консультация на тему «Профилактика теплового и солнечного удара у ребёнка».

Беседа на тему «По утрам зарядку делай, будешь смелым, будешь сильным!»

Июль	
03.07. «Этикет в общественных местах»	<p><u>Беседы:</u> «Как вести себя в общественных местах», «Мы едем, едем, едем»... (в общественном транспорте, «Вежливые покупатели».</p> <p><u>Задания:</u> «Как можно (поздороваться, попрощаться, поблагодарить, попросить, отказаться, обратиться)</p> <p>Экскурсии в библиотеку, в магазин.</p> <p><u>Рисование мнемотаблиц на темы:</u> «Поведение в магазине», «Правила поведения в транспорте», «Поведение на улице».</p> <p>С/р «Супермаркет», «Парикмахерская», «Автобус».</p> <p>Чтение А. Барто «Урок вежливости», С. Маршак «Песенка друзей».</p>
04.07. Межличностный этикет	<p>«Дружат в нашей группе девочки и мальчики»</p> <p><u>Беседы:</u> «Без друзей меня чуть-чуть, а с друзьями много», «О дружеских отношениях девочек и мальчиках».</p> <p><u>Коммуникативные игры:</u> «Мне нравится с тобой дружить», «Танцуем вдвоём», «Рисуем вместе», «Построим дом», «Если девочке трудно, кто поможет».</p> <p>Чтение А. Барто «Я с ней дружу», «Подружки», «Сонечка», С. Михалков «Мы с приятелем вдвоем», «Песенка друзей»; В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо», отрывки из Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей», сказка «Пузырь, соломинка и лапоть».</p> <p><u>Рисование:</u> «Портрет девочки (мальчика, которая мне нравится».</p> <p>Д/и «Что носят девочки и мальчики?»</p> <p>С/р «Ателье», «Детский сад».</p> <p>Прогулка с ребятами из средней группы.</p>
05.07. «Берегите природу»	<p><u>Беседы:</u> «Что мы сажаем, сажая леса?», «Береги природу и будь ей другом!», «Животные и растения в Красной книге нашего края».</p> <p>Рассматривание иллюстраций по теме с осуждением.</p> <p>Ситуации «Что будет, если исчезнут деревья (растения, вода)», «Если я был (была) лесничим»</p> <p>Игра-викторина «Экологическая азбука».</p> <p>Чтение (см. книга «Все о временах года»)</p>

	Природоохранительная акция «Чистый участок», «Чистый двор», «Хороший поступок».
06.07. «Фея учит вежливости».	<u>Беседа:</u> «Еще один секрет о вежливости», «Как и за что мы благодарим окружающих». Игровые упражнения на воспитание культуры речевого общения с Феей вежливости. Д/и «Хорошо-плохо», «Наши поступки». Чтение этических сказок Т. А. Шорыгина «Зачем говорят здравствуйте?», «Еще один секрет о вежливости», «Почему нельзя дразниться?», «Все тайное становится явным».
07.07. «Ромашковое счастье »	Праздник «Ромашковое счастье» (Всероссийский день семьи, любви и верности - 8 июля) Показ фокусов. Игры с воздушными и мыльными шарами. Сретенье - праздник солнца! День чудинки - конкурс летних панамок Конкурс на самую смешную фигуру. Упражнение «Музыканты» Детский концерт «Мы разные, но мы вместе» Д/и: «Собери букет», «Цветочный магазин» Изготовление цветов из бумаги (из бумажных салфеток) П/и «Садовник», «Найди свой цвет», «Такой цветок беги ко мне». Оформление альбома «Мой любимый цветок» - рисунки детей Целевая прогулка «От заката до рассвета гуляет лето» (вокруг детского сада).
10.07. «Летнее метеобюро»	<u>Беседы:</u> «О чём расскажут книги?», «Знакомить детей с профессией - метеоролог». <u>Удивительное рядом:</u> народные приметы, пословицы, поговорки, загадки. С/р «Метеослужба «тополька», «Знатоки погоды». Наблюдение «Природный календарь» (наблюдение за природными явлениями: за росой, облаками, ветром, поведением птиц, муравьями) Используя самолёты, флажки определять направление ветра. Игра на развитие воображения «Я – облако, плывущее по небу», «Я бабочка»... Логоритмика «Ветер дует нам в лицо» Мастерская «Страна волшебных бабочек» - изготовление бабочек из разных материалов.
11.07. «Планета цветов»	<u>Беседы:</u> «Знакомые незнакомцы» - о ядовитых растениях и цветах. «Зеленая аптека» - о пользе лекарственных растений. Рассматривание альбомов (полевые, садовые, комнатные цветы). <u>Чтение:</u> сказка «Как цветы собирались на бал» «Ромашка и одуванчик» Е. Маламкиной, Ж. Сонд «О чем говорят цветы». Аппликация «Цветочная фантазия». Д/и «Четвертый лишний», «Назови цветок». С/р «Цветочный магазин». П/и «Садовник», «Найди свой цвет», «Цветок беги ко мне». «Растут цветы для красоты» - экскурсия к цветочным насаждениям. Наблюдение за цветами, растущими в тени и на солнце. Трудовая деятельность «Прополка и полив растений» Дискотека «Цветочная страна».
12.07. «Чистый двор»	Викторина «Что такое лес или путешествие маленького бельчонка». Составление памяток по охране окружающей среды.

	<p>«Экологическая книга правил» Природоохранная акция «Чистый двор»</p>
<p>13.07. «День игр с мячом»</p>	<p>Беседы «Почему полезно заниматься физкультурой?», «Чем полезен спорт?». Рассматривание альбомов, иллюстраций о видах спорта, где есть мяч (футбол, пионербол....) Тренинг «Обучения самомассажу при ударе мячом». Игры с мячом «Мой весёлый, звонкий мяч». <u>Д/и</u>: «Виды спорта», «Угадай и назови», «Быстрее, выше, сильнее». Рисование «Мячики-мячи, небывалой быстроты».</p>
<p>14.07. Планета цветов</p>	<p>Беседы: «Знакомые незнакомцы» - о ядовитых растениях и цветах. «Зеленая аптека» - о пользе лекарственных растений. Развлечение «Фея цветов в гостях у ребят» (Международный день цветка - 21 июня) Рассматривание альбомов (полевые, садовые, комнатные цветы). Чтение: сказка «Как цветы собирались на бал» «Ромашка и одуванчик» Е. Малайкиной, Ж. Сонд «О чем говорят цветы». Апликация «Цветочная фантазия». <u>Д/и</u> «Четвертый лишний», «Назови цветок». <u>С/р</u> «Цветочный магазин». <u>П/и</u> «Садовник», «Найди свой цвет», «Цветок беги ко мне». «Растут цветы для красоты» - экскурсия к цветочным насаждениям. Наблюдение за цветами, растущими в тени и на солнце. Трудовая деятельность «Прополка и полив растений» Дискотека «Цветочная страна».</p>
<p>17.07. «День прыгуна».</p>	<p><u>Беседа</u>: «У кого самый длинный прыжок – у человека или животного» (книга рекордов Гинеса). Соревнования по группам «Самый лучший прыгун» на площадке «Здоровейка» Вечер русских народных игр.</p>
<p>18.07. «День игр с ракетками» «Бадминтон»</p>	<p>Беседы «Почему полезно играть в бадминтон?» «Чем полезен спорт?». Рассматривание альбомов, иллюстраций о видах спорта, где есть игры с ракетками (бадминтон, теннис....) Игры с мячом «Мой весёлый, звонкий мяч». <u>Д/и</u>: «Виды спорта», «Угадай и назови», «Быстрее, выше, сильнее». Рисование «Мы играем в теннис».</p>
<p>19.07. «День Олимпиады»</p>	<p><u>Беседа</u>: «Олимпийские спортсмены нашей страны». Рассматривание альбома о спорте, олимпиаде. <u>Д/и</u> «Назови вид спорта». <u>Чтение</u>: Е. Багрян «Маленький спортсмен» Рисование «Спортивная эмблема группы» Малые летние олимпийские игры «Веселые классики».</p>
<p>20.07. «День безопасного поведения на дорогах»</p>	<p>Беседы: «Какие человеку нужны машины» <u>Д/и</u>: «На чем я путешествую» Наблюдение за легковыми машинами Драматизация сказки «Лиса и заяц» Рисование: «Запрещающие знаки на дороге» Чтение худ. литературы: С. Михалков «Моя улица», В. Семерин «Запрещается – разрешается»;</p>

	<p>Заучивание «Пешеход, пешеход, помни ты про переход...».</p> <p>Словесная игра: «Логические цепочки»</p> <p>ОБЖ. Беседа: «Безопасное поведение на улице»</p> <p>С/р игры: «Гараж», «В автобусе»</p> <p>Трудовая деятельность. Труд в уголке природы.</p> <p>П/и «Шоферы и светофор»</p> <p>П.и. «Прокати обруч»</p> <p>П.и. «Пройди – не задень»</p>
21.07. «День настоящий друзей»	<p>Развлечение «Волшебный сон наш Мегион» (День города – 23 июля)</p> <p><u>Беседы:</u> «Кто такой друг?», «Для чего нужны друзья?»</p> <p>Д/и «Хорошо-плохо» (поступки).</p> <p>Ситуативная игра-история с элементами театрализации «Котик и Ежик на качелях».</p> <p><u>Чтение:</u> «Песенка друзей» С. Михалков, «Бременские музыканты» Братья Гримм»</p> <p>Друг детства» В. Драгунский, пословицы о дружбе.</p> <p>Мастерская по изготовлению улыбок.</p> <p>Изготовление подарка другу «Цветок желаний».</p>
24.07. «День хорошего настроения» Клоун с сундучком	<p>Конкурс на самую смешную фигуру.</p> <p><u>Беседа:</u> «Как и чем можно порадовать близких?», «Мое настроение и поступки».</p> <p>Рассматривание сюжетных картинок «Хорошо – плохо», «Угадай какое настроение».</p> <p><u>Чтение:</u> Н. Носова, Г. Юбилец, «Все наоборот»</p> <p>Просмотр мультфильмов «Котёнок по имени Гав», «Умка, Тимка и Димка», «Кот Леопольд»</p> <p>Разучивание мерилок.</p> <p>Рисование «Моё настроение»</p>
25.07. «Как хорошо, что есть друзья»	<p><u>Беседа:</u> «За что я люблю детский сад?», «Какие должны быть друзья?».</p> <p>Разыгрывание и обсуждение ситуативных историй.</p> <p><u>Чтение художественной литературы о друзьях:</u></p> <p>«Теремок» Ушинского, «Игрушки» А. Барто, «Как светлячок друга искал», «Друг детства» В. Драгунский, «Цветик-семицветик» В. Катаев, «Рыжий кот», «Добрые слова» В. Осеева и др.</p> <p>Рисование «Мои друзья в детском саду».</p> <p>С/р «Детский сад», «Прогулка».</p>
26.07. «День добрых дел»	<p>Беседа «Как и чем можно помочь и порадовать близких?».</p> <p>Проигрывание ситуаций «Скажи доброе слово другу», «Назови добрые дела в группе».</p> <p>Рассматривание и составление рассказов по сюжетным картинкам «Уроки доброты»</p> <p><u>Чтение:</u> Р. Сурьянов «Откуда пришла эта книга»</p> <p>Ремонт книг (книжкина больница).</p> <p>С/р «Библиотека».</p> <p>Прополка клумб.</p> <p>Аппликация «Дерево добрых дел». Воспитатели</p>
27.07. «Живые витаминки»	<p>Беседа об овощах и фруктах «В чем живут витамины».</p> <p>Д.и. «Пирамида здоровья»</p> <p>Наблюдение за окружающим.</p> <p>Опытно-экспериментальная деятельность. Свойство солнечных лучей.</p> <p>Аппликация «Любимые овощи и фрукты»</p>

	<p>Конкурс рисунков на асфальте «Пусть всегда будет солнце» Пение «Огородная – хороводная». - Чтение художественной литературы. Стихи и загадки о витаминах. Словесная игра: «Найди что опишу» ОБЖ. Беседа: «Правила поведения на прогулке по улицам города» «Опасности вокруг нас» Трудовая деятельность: Наведение порядка на участке. С.р. игра: «Овощной магазин» П.и. «Собери овощи» П.и. «Посади картошку», «Огуречики»</p>
28.07. «Жёлтого цвета. День Солнца».	<p>Досуг «Дружба – это ты и я, неразлучные друзья!» (Международный день дружбы – 30 июля). Беседы о значении солнца в жизни людей, животных и растений. «Где живет солнце?». <u>Опыты</u>: «Сила солнечного луча», «Солнечные часы». Экспериментальная деятельность с зеркалом, фольгой, стеклом (солнечные зайчики). Д/и «Солнышко и тучка», «Ученые». Настольный театр «У солнышка в гостях» <u>Чтение</u>: К. Чуковского «Краденое солнце», энциклопедии для дошкольников. Аппликация из рваной бумаги «Волшебное дерево», «Солнечный денёк!» <u>Наблюдения на прогулке</u>: «Солнышко и птички», «Муравьи»</p>
29.07. День Леса. «Зеленого цвета.	<p>Беседы с использованием иллюстраций, <u>дидактических пособий</u>: «Леса нашего края», «Лекарственные растения», «Животные и растения – друзья и враги». Альбом «Лекарственные растения леса». <u>Чтение</u>: сказка «Зеленый наряд планеты» Т.А. Шорыгина, рассказы В. Бианки, Скребицкого, загадки о лесе. Создание книги правил «Правила поведения в лесу». Экскурсия в уголок леса</p>
31.07 «День цветов»	<p>Беседа «Цветы нашего сада». Наблюдение «Разнообразие красок и соцветий». Экспериментирование. Сушка растений на воздухе. Д.и. «Собери букет» - Послушать с детьми аудиозаписи песен Ю. Антонова «Не рвите цветы» Ручной труд «Тюльпаны» (оригами). Инсценировка сказки «Три поросёнка». - Чтение легенд о происхождении цветов. Чтение сказки В. Катаева «Цветик-семицветик». Словесная игра «Закончи слово». ОБЖ. Беседа: «Опасные растения». Трудовая деятельность. Сбор лекарственных растений. С.р. игра: «Цветочный магазин»</p>

Работа с родителями на июль:

Подготовка и проведение праздника «День семьи, любви и верности».

Консультация «Наблюдаем за природой в июле».

Консультация «Купание-прекрасное закаливающее средство».
 Беседа на тему «Не забывайте головные уборы. Почему они так важны летом».
 Папка-передвижка «Летние забавы : мелками на асфальте».
 Индивидуальные беседы «Как повысить двигательную активность детей».

Август	
01.08. «Синего цвета. День Воды»	Беседа «Природа создала разную воду: морскую, речную, озёрную, дождевую, талую». «Для чего нужна вода?», «Водоёмы родного края». Наблюдение «Берегите воду» (рассматривание воды отходами деятельности человека) Опыты и игры с водой. С/р «Путешествие капельки». Выставка юных художников – маринистов «Морские просторы». <u>Труд</u> : полив растений на цветнике, полив песка в песочнице.
02.08. 2021 День «Красного цвета»	Беседы о красных ягодах и цветах. <u>Беседа</u> : «Природная стихия - огонь» о пожарной безопасности. Рассматривание иллюстраций «Не играй с огнём», «Не разводи в лесу костры». Экскурсия в пожарную часть. Рисование «Мир похож на цветной луг», рисование с натуры «Яблоки». Прогулка к яблоньке в детском саду.
03.08. День «Радуга-дуга»	<u>Беседа</u> : «Семь цветов радуги», «Образование радуги». Рассматривание альбома «Неживая природа». Разучивание стихов, песен о лете. Разучивание стихов, песен о лете. Подвижные игры на улице. Рисование «Радужная история». Подвижные игры на улице.
04.08. «Мастера – затейники»	Праздник продуктивной деятельности «Песочных замков» (День строителя - 08 августа). «Разноцветная игра» - нетрадиционное рисование, опыты с красками Игры в песочнице. Рисование пальцами на песке. Хороводные игры (по выбору воспитателя). Рисование «Теплый солнечный денек» П/и «Море волнуется», «Солнечные зайчики», «карлики – великаны», «Найди флажок» Аппликация - «Делаем бумажную куклу и наряды для неё». Дидактическое упражнение: «Угадай, где спрятано?», «Песочный телеграф» Рисование: «Радуга», «Радужная история»
07.08. «Волшебница – бумага».	Рассказ воспитателя о создании бумаги «В некотором царстве, в бумажном государстве». Беседа «Что из бумаги, можно сделать...» Аппликация, поделки в технике оригами (из цветной бумаги, их старых газет, тетрадей, оберток от печенья, фантиков) Игры с бумажными шариками в группе.

<p>08.08. «День насекомых»</p>	<p>Беседа о насекомых Д/и: «Собери цветок» Наблюдение за насекомыми Экспериментальная деятельность «Мыло-фокусник». Кукольный театр «У страха глаза велики» Слушание «Полет шмеля» Аппликация «Нарядные бабочки» Словесная игра: «Узнай что за насекомые» Сочинение детьми рассказов о насекомых. Чтение худ. литературы: В. Бианки «Как муравьишка домой спешил», К. Чуковский «Муха – цокотуха» - ОБЖ. Беседа: «Если ты потерялся или заблудился» С.р. игра: «В гостях у жителей муравейника» Трудовая деятельность. Уход за комнатными растениями. П.и. «Бабочки и мотыльки». П.и. «Пчелки и ласточки» П.и. «Зайцы и волк»</p>
<p>09.08. «День воды»</p>	<p>Беседа «Значение воды в жизни человека и растений» Эксперимент «Что плавает - что тонет» Д/и «Можно-нельзя» Наблюдение за птицами. Театр игрушек «Лиса и козёл» Слушание журчания воды, шума моря Рисование «Подводный мир» Худ.-эстет. Развитие: Чтение «Три мудреца» Маршака, «Добрая ивушка». Загадывание загадок о воде Словесная игра: «Кому что нужно для работы» - ОБЖ. Беседа: «Вода-друг, вода-враг» С. р.игра «Поездка на море», «Будь внимателен» Трудовая деятельность. Прополка сорняков в цветочных клумбах. П/и «Солнышко и дождик» П.и. «На рыбалке». П.и. «Кегли»</p>
<p>10.08. «День пожарной безопасности»</p>	<p>Беседы: «Отчего бывает пожар» Д/и: «Что сначала, что потом» Наблюдение за состоянием погоды. Кукольный театр для малышей «Красная шапочка» Выставка рисунков «Огонь добрый, огонь – злой». - Чтение стихотворений М. Куликовской. Знакомство с пословицами и поговорками по теме. Словесная игра: «Я начну, а ты закончи». ОБЖ. Беседа: «Огонь – опасная игра» С.р. игра «Пожарники» Трудовая деятельность. Сбор мусора на площадке. - П/и: «Вызов пожарных» П.и. «Потуши пожар» П.и. «Пожарные на учении».</p>
<p>11.08. «День Спортсмена»</p>	<p>Беседа «Кто такой спортсмен и каким он должен быть?». Рассматривание иллюстраций о летних олимпийских играх с обсуждением. Выставка рисунков «Мы любим спорт».</p>

	Соревнования по группам «Самый меткий».
14.08. «День огородника»	<ul style="list-style-type: none"> -Инсценировка «Спор овощей» -Оформление газеты «Удивительные овощи» - Дидактические игры «Найди по описанию», «Пазлы», «Разрезные картинки», «Домино», «Чудесный мешочек», «Вершки – корешки» -Подвижные игры «Съедобное – несъедобное», «Найди пару», «Огуречик» -Сюжетно – ролевые игры «Овощной магазин», «Семья» - Конкурс «Самая лучшая грядка» (по мнению детей) -Оформление газеты «Удивительные овощи» -Фотоконкурс «Ягода – малина» -Мастер – класс «Изготовление поделок из овощей и фруктов» -Игры на спортивной площадке «Фестиваль народных игр» * Су-джок «На лужок», «Капуста».
15.08. «День путешественн ика»	<ul style="list-style-type: none"> -Беседы: «Что мне больше всего нравится в путешествии» -Чтение: «Великие путешественники М. Зощенко, «Вот какой рассеянный» С. Маршак, «Огниво» Андерсен -Чтение художественной литературы «Цветик – семицветик» В. Катаев, «Доктор Айболит» К. Чуковский, «Про пингвинов» Г. Снегирев -Подвижные игры «Найди сокровище» - с опорой на карту, «Бездомный заяц», «Воробушки и автомобиль» -Дидактические игры «Географические пары», «Живая энциклопедия» -Изготовление поделок для клада -Спортивный досуг «Ищи клад» -Дидактические игры «Лабиринты», настольно – печатные игры с кубиком и фишками -Сюжетно – ролевая игра: «Турбюро» -Пешая экскурсия по экологической тропе (по схеме)
16.08. «День пожарной безопасности»	<ul style="list-style-type: none"> -Фотовыставка «Необычное в обычном» -Игры: «Пожароопасные предметы», «Что необходимо пожарному» -Отгадывание загадок -Беседы «Правила поведения при пожаре» ОБЖ -Рассматривание альбома «Люди героической профессии» -Чтение и обсуждение художественных произведений -Рассматривание плакатов, иллюстраций -Конкурс рисунка «Спички детям не игрушки» -Дидактические игры «Можно - нельзя», «Предметы – источники пожара», «Домашние помощники», «Кому что нужно», «Я начну, а ты закончи» -Подвижные игры «Ловишки», «Прятки», «Найди предмет», «С кочки на кочку», «Пробеги тихо» -Сюжетная игра «Отважные пожарные»
17.08. «День животных»	<ul style="list-style-type: none"> Беседа «Дикие и домашние животные». Наблюдение за работой дворника Д/и «Собери животное из частей» Изготовление животных-поделок из природного материала Драматизация сказки «Теремок» по Маршаку Словесная игра: Д/и «Загадай, мы отгадаем» Творческие этюды «Расскажи без слов о животном» Чтение худ. литературы о животных - ОБЖ. Беседа: «Правила личной безопасности»

	<p>С.р. игры: «Ветеринарная больница», «Зоопарк» Трудовая деятельность: Мытье игрушек, мебели. - П.и. «Медведь и пчелы» П.и. «Лиса в курятнике» П.и.«Зайцы и волк»</p>
18.08. «День птиц»	<p>Беседа с детьми на тему: «Птицы, кто они такие?» Д/и «Кто где живет?». Наблюдения за птицами - Рисование птиц палочкой на песке Настольный театр: «Теремок» Слушание песен о птицах. Отгадывание загадок о птицах. Чтение: М. Пришвин «Гаечки», Н. Сладков «Ласточка» Словесная игра: «Что за птица» С.р. игры: «Зоопарк», «Автомобиль и птички». Трудовая деятельность: уборка игрового оборудования П.и. «Птички и птенчики» П.и. «Кот и воробушки» П.и. «Быстрые и меткие»</p>
21.08. «Очень умелые ручки»	<p>Беседа: «Что дает нам природа?», «Изделия из дерева». Рассматривание иллюстраций, альбомов с изделиями из природного материала. Д/и «Что из чего?», «Назови материал». Чтение стихотворения с движениями «Мы ребята – мастера». Поделки из природного материала (по желанию детей). Трудовая деятельность. Труд в уголке природы. П/и «Шоферы и светофор» П.и. «Прокати обруч» П.и. «Пройди – не задень»</p>
22.08. «Песочные фантазии»	<p>Беседа: «Где люди используют песок?». Рассказ воспитателя о «Песочных часах». Рассматривание иллюстраций «Фигуры из песка». Опыты с песком, землей, глиной, камнями. Игры с песком на прогулке. П.и. «Карусель» П.и. «Совушка»</p>
23.08. «День искусства»	<p>Беседа о том, как зависит наше настроение от красок. Рассказ воспитателя о выставках художественного изобразительного искусства в музеях (графика, пейзаж, портрет, натюрморт, декоративно – прикладное искусство, скульптура) Рассматривание картин, иллюстраций, художников. Д/и «Найдем краски для времен года», «Подбери цвет», «Художник напутал», «Составь натюрморт». Экскурсия в музей.</p>
24.08. «День кино»	<p>-Просмотр «По страницам любимых мультфильмов» -Рисунки любимых героев кино и мультфильмов -Слушание музыки из детских кинофильмов, мультфильмов -Изготовление рекламы кино -Игровой этюд «Изобрази доброго... человека; животное; ветер...» -Решение проблемной ситуации «Рассели артистов разных жанров в гостинице» - плоскостной многоэтажный макет</p>

	<p>-Заучивание В. Степанов «Артист»</p> <p>-Конкурс «Лучший чтец»</p> <p>-Хороводные игры</p> <p>-Творческий спектакль «Бенефис»</p> <p>- Подвижные игры на спортивной площадке «Море волнуется», «Солнечные зайчики», «Карлики – великаны», «Найди флажок»</p> <p>* Су-джок «Посуда», «Каравай».</p>
25.08. «До свидания, лето»	<p>Беседы «Чем вам запомнилось лето»</p> <p>Коллективная аппликация «Украшь поляну цветами» (с использованием разного материала: салфетки, бумага, кожа, стружка от цветных карандашей...)</p> <p>Конкурс «Разрисуй шар»</p> <p>Изготовление подарков для друзей</p>
28.08. «Здоровейка»	<p>Беседа «Спортсмены из страны мульти – пульти».</p> <p>Рассматривание книг, альбомов о спорте.</p> <p>Рассказы детей о спорте в семье.</p> <p>Чтение: «Я расту» А. Барто, «Маленький спортсмен» О. Шим.</p> <p>Посещение спортивного уголка в группе «Кладовая здоровья».</p> <p>Подвижные игры на спортивной площадке .</p>
29.08. «Дни безопасности»	<p><u>Задача:</u> развивать у детей самостоятельность и ответственность; воспитывать осознанное отношение к правилам и нормам поведения на дороге в различных ситуациях</p> <p>«Безопасность в природе» Беседы, «Наши соседи – домашние животные», «Природные стихии», «Правила личной безопасности в природе (растения, грибы).</p> <p>Д/и «Опасно-неопасно», «Найди опасный предмет».</p> <p>С/р «Больница», «Служба спасения».</p> <p>Д/и «Электрический прибор», «Можно-нельзя», «Каждой вещи – своё место»</p> <p>С/р «Спасатели», «Семья».</p> <p>Проигрывание ситуаций: «Правила поведения дома для воспитанных детей».</p> <p>Викторина «Рядом с нами помощники-электроприборы».</p> <p>Чтение Е. Пермяк «Торопливый ножик», «Осторожные сказки», Ю. Соколова «Правила безопасности». Воспитатели «Безопасность на улице» Беседы: «Улица полна неожиданностей», «Школа пешеходов», «Мой дружок велосипед».</p> <p>Викторина «Переходим улицу»</p> <p>Д/и «Подбери колесо для машины», «На чём я путешествую?», «Дорожная азбука».</p> <p>С/р «В автобусе», «Путешествие».</p> <p>Конструктор – Макет «Перекрестка, улицы».</p> <p>П/и «Автомобиль и воробы», «Цветной автомобиль», «Светофор» и др.</p> <p>Чтение: М. Ильин «Машины на нашей улице», С. Михалков «Моя улица», «Дядя Стёпа – милиционер».</p> <p>Рисование «Мы пешеходы».</p> <p>Мультфильм «Советы тетушки Совы».</p>
30.08. «В сказочном царстве, в	<p>Беседа о сказочных персонажах, встречающихся в лесу</p> <p>Д.и. «Кому что нужно?»</p> <p>Наблюдение за состоянием погоды</p>

<p>сказочном государстве»</p>	<p>Лепка «Любимый сказочный герой» Прослушивание песен о сказочном герое Пальчиковый театр «Волк и семеро козлят» Чтение сказок по предложению детей. Словесная игра: «Подбери по признаку» Конкурс знатоков на тему «Как зовут этого героя сказки». ОБЖ. Беседа: «Выходной день в нашей семье» С.р. игра: «Кафе» Трудовая деятельность. Мытьё кукольной посуды П.и. «Докати мяч» П.и. «Попади в цель»</p>
<p>31.08. «День окончания лета»</p>	<p>Беседа «Вот и лето прошло» Д.и. «Когда это бывает» Наблюдение за насекомыми. Коллективная аппликация из различного материала «Украшь поляну цветами». Прослушивание муз. композиции «Времена года». Песни о лете. Словесная игра: «Когда это бывает» Чтение стихов и рассказов о лете С.р.игры: «Кафе», «Семья» Трудовая деятельность. Сбор семян цветов на клумбах П.и. «Мышеловка» П.и. «Карусель» П.и. «Совушка»</p>

Работа с родителями (август):

Консультация на тему «Растим детей здоровыми».

Фотовыставка: «Лето – чудная пора! Лето, ах, лето!»

Папка-передвижка на тему «Первая помощь при отравлениях ядовитыми растениями».

Консультация на тему «Как сделать интересным путешествие в автомобиле».

Консультация на тему «Правила дорожного движения. Легко ли научить ребёнка правильно вести себя».

Индивидуальные беседы на тему «Пример родителей - большая роль в воспитании».

Комплекс утренней гимнастики №1

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

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

ОРУ

Упражнения без предметов

1. И. п. – основная стойка [4], руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – руки вверх, подняться на носки; 3 – руки в стороны; 4 – вернуться в исходное положение (6 раз).

2. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки внизу. 1 – руки в стороны; 2 – наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (6 раз).

3. И. п. – основная стойка, руки на поясе; 1–2 – присесть, руки вынести вперед; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

4. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – шаг вправо, руки в стороны; 2 – наклон вправо (влево), правую руку вниз, левую вверх; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (5–6 раз).

5. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – правую ногу назад на носок, руки за голову; 2 – исходное положение. То же левой ногой (6–7 раз).

6. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 – прыжком ноги вместе. Выполняется на счет 1–8 (или под музыкальное сопровождение).

Заключительная часть

1. Игра «Тишина»

Дети идут в обход площадки в колонне по одному.

Тишина у пруда,

Не колышется вода,

Не шумят камыши.

Засыпайте, малыши.

(На последние слова останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза на 10 сек.)

2. Ходьба в колонне по одному.

Комплекс утренней гимнастики №2

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

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

ОРУ

Упражнения с палкой

2. И. п. – основная стойка, палка внизу. 1 – палку вперед, правую (левую) ногу назад на носок; 2 – вернуться в исходное положение (6 раз).

3. И. п. – основная стойка, палка на груди. 1 – присесть, палку вынести вперед; 2 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

4. И. п. – стойка ноги врозь, палка внизу. 1–2 – поворот туловища вправо (влево), руки прямые, колени не сгибать; 3–4 – вернуться в исходное положение (6 раз).

5. И. п. – сидя ноги врозь, палка на коленях. 1 – палку вверх; 2 – наклон вперед, коснуться носка правой (левой) ноги; 3 – выпрямиться, палку вверх; 4 – вернуться в исходное положение (по 3 раза).

6. И. п. – лежа на животе, палка в согнутых руках перед собой. 1 – прогнуться, поднять палку вперед; 2 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

7. И. п. – основная стойка, палка внизу. 1 – прыжком ноги врозь, палку вверх; 2 – вернуться в исходное положение. На счет 1–8, повторить 2–3 раза.

Заключительная часть

1. Игра «Съедобное — несъедобное»

Дети стоят по кругу. Водящий говорит задуманное им слово и бросает мяч одному из детей.

Если задумано что-нибудь съестное (фрукты, овощи, сладости, молоко и др.), то ребёнок, которому бросили мяч, должен поймать его («съесть»). Если слово обозначает что-нибудь несъедобное, мяч ловить нельзя. Ребёнок, не справившийся с заданием, становится водящим, и игра повторяется.

2. Ходьба в колонне по одному с палкой в руках.

Комплекс утренней гимнастики №3

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

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

Воспитатель отмечает наиболее удачные фигуры.

ОРУ

Упражнения без предметов

1. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – руки за голову, правую (левую) ногу назад на носок; 2 – вернуться в исходное положение (6 раз).
2. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед к правой (левой) ноге; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (4–6 раз).
3. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за головой. 1 – поворот вправо (влево), правую руку в сторону; 2 – исходное положение (6 раз).
4. И. п. – стойка на коленях, руки вдоль туловища. 1–2 – сесть справа (слева) на бедро, руки вперед (рис. 24); вернуться в исходное положение (4–6 раз).
5. И. п. – сидя на полу, руки в упоре сзади. 1 – поднять вперед-вверх прямые ноги – угол (рис. 25); 2 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).
6. И. п. – основная стойка, руки на поясе. Прыжки на двух ногах – левая вперед, правая назад, прыжком сменить положение ног. Выполняется под счет 1–8, затем пауза и снова прыжки (2–3 раза).

Заключительная часть

1. Игра "У кого мяч?"

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

2. Ходьба в колонне по одному.

Комплекс утренней гимнастики №4

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба и бег между предметами змейкой.

ОРУ

Упражнения с мячом большого диаметра

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

Заклучительная часть

1. Игровое упражнение "Не попадись".

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

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

Комплекс утренней гимнастики №5

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Игровое упражнение "По мостику". Из шнуров или реек выкладывается дорожка (длина 3 м, ширина 25 см). На дорожке ставятся 2–3 кубика. Задание: пройти по мостику, перешагнуть препятствие и не упасть в речку. Бег врассыпную.

ОРУ

Упражнения без предметов

1. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – руки в стороны; 2 – сгибая руки к плечам, подняться на носки; 3 – опуститься на всю ступню, руки в стороны; 4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).
2. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – поворот туловища вправо (влево), правую руку в сторону; 2 – вернуться в исходное положение (6 раз).
3. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, руки вверх. 1–2 – глубоко присесть, руки за голову, сводя локти вперед; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).
4. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вправо (влево), правую руку вниз, левую вверх; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (4–6 раз).
5. И. п. – основная стойка, руки внизу. 1 – прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 – прыжком ноги вместе, руки вниз. Выполняется на счет 1–8, повторить 2 раза.
6. И. п. – основная стойка, руки вниз. 1–2 – руки через стороны вверх; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–7 раз).

Заключительная часть

1. Игра «Ворота»

Дети идут по площадке парами, держась за руки. На сигнал воспитателя «Ворота!» останавливаются и поднимают руки. Последняя пара проходит под воротами и становится впереди. Игра продолжается.

2. Ходьба в колонне по одному.

Комплекс утренней гимнастики №6

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя с выполнением упражнений для рук, не прекращая ходьбы; бег врассыпную.

ОРУ

Упражнения с флажками

1. И. п. – основная стойка, флажки внизу. 1 – флажки вперед; 2 – флажки вверх; 3 – флажки в стороны; 4 – исходное положение (6–7 раз).
2. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, флажки у груди. 1 – поворот вправо (влево), правую руку в сторону; 2 – исходное положение (6 раз).
3. И. п. – основная стойка, флажки внизу. 1–2 – присесть, флажки вынести вперед; 3–4 – исходное положение (5–7 раз).

4. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, флажки внизу. 1 – флажки в стороны; 2 – наклон вперед к левой (правой) ноге; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (4–6 раз).

5. И. п. – основная стойка, флажки внизу. На счет 1–8 прыжки на двух ногах, небольшая пауза, затем повторить прыжки.

6. И. п. – основная стойка, флажки внизу 1–2 – правую ногу отставить назад на носок, флажки вверх; 3–4 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6–8 раз).

Заключительная часть

1. Игра «Свободное место»

Играющие сидят по кругу. Педагог вызывает двух рядом сидящих, они становятся спиной друг к другу и по сигналу: «Раз, два, три, беги!»- бегут в разные стороны за кругом, добегают до своего места и садятся. Взрослый и дети отмечают, кто первым занял свободные места. Затем воспитатель вызывает двух других детей и игра повторяется

2. Ходьба в колонне по одному.

Комплекс утренней гимнастики №7

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

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

ОРУ

Упражнения без предметов

1. И. п. – основная стойка [4], руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – руки вверх, подняться на носки; 3 – руки в стороны; 4 – вернуться в исходное положение (6 раз).

2. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки внизу. 1 – руки в стороны; 2 – наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (6 раз).

3. И. п. – основная стойка, руки на поясе; 1–2 – присесть, руки вынести вперед; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

4. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – шаг вправо, руки в стороны; 2 – наклон вправо (влево), правую руку вниз, левую вверх; 3–выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (5–6 раз).

5. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – правую ногу назад на носок, руки за голову; 2 – исходное положение. То же левой ногой (6–7 раз).

6. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 – прыжком ноги вместе. Выполняется на счет 1–8 (или под музыкальное сопровождение).

Заключительная часть

1. Игра "Удочка".

Дети становятся по кругу, на небольшом расстоянии друг от друга. В центре воспитатель вращает по кругу шнур, к концу которого привязан мешочек с песком. По мере приближения мешочка дети выполняют прыжок вверх так, чтобы не задеть его. Тот, кто коснулся мешочка, делает шаг назад и выбывает из игры. После небольшой паузы игра повторяется, вновь участвуют все дети.

2. Ходьба в колонне по одному

Комплекс утренней гимнастики №8

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений для рук по команде воспитателя (руки в стороны, за голову, на пояс) бег между предметами (кубики, кегли) змейкой.

ОРУ

Упражнения с кубиком

1. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. 1–2 – поднять руки через стороны вверх, переложить кубик в левую руку; 3–4 – исходное положение (6–7 раз).
2. И. п. – стойка ноги врозь, кубик в правой руке. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед, положить кубик у носка левой ноги; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – наклониться, взять кубик в левую руку. То же левой рукой (4–6 раз).
3. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. 1 – присесть, кубик вперед, переложить в левую руку; 2 – встать, кубик в левой руке (6–7 раз).
4. И. п. – стойка в упоре на коленях, кубик в правой руке. 1 – поворот вправо, положить кубик у носков ног; 2 – выпрямиться, руки на пояс; 3 – поворот вправо, взять кубик; 4 – вернуться в исходное положение, переложить кубик в левую руку. То же влево (по 3 раза).
5. И. п. – основная стойка, руки произвольно, кубик на полу. Прыжки на правой и левой ноге вокруг кубика в чередовании с небольшой паузой. Выполняется на счет 1–8, повторить 2–3 раза.

Заключительная часть

1. Игровое упражнение "Великаны и гномы".
2. Ходьба в колонне по одному

Комплекс утренней гимнастики №9

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

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

ОРУ

Упражнения без предметов

1. И. п. – основная стойка, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – поднимаясь на носки, потянуться, руки вверх; 3 – опуститься на всю ступню, руки в стороны; 4 – исходное положение (6–7 раз).
2. И. п. – стойка ноги врозь, руки внизу. 1 – руки за голову; 2 – поворот вправо; 3 – выпрямиться; 4 – исходное положение. То же влево (6 раз).
3. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – присесть, руки вперед, хлопнуть в ладоши; 2 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).
4. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вправо (влево), правую руку вниз, левую вверх; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (6 раз).
5. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – мах правой (левой) ногой, хлопок в ладоши под коленом; 2 – исходное положение (6–8 раз).

Заключительная часть

1. Игра «Ворота»
Дети идут по площадке парами, держась за руки. На сигнал воспитателя «Ворота!» останавливаются и поднимают руки. Последняя пара проходит под воротами и становится впереди. Игра продолжается
2. Ходьба в колонне по одному.

Комплекс утренней гимнастики №10

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: "Аист!" остановиться, поднять согнутую в колене ногу, руки в стороны, продолжение ходьбы. На сигнал: "Лягушки!" остановиться, присесть, положить руки на колени. Бег врассыпную
ОРУ

Упражнения с мячом

1. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч внизу. 1–2 – поднимаясь на носки, поднять мяч вверх; 3–4 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).
2. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках перед собой. Поворот вправо (влево), ударить мячом о пол, поймать двумя руками (по 3–4 раза в каждую сторону). Темп произвольный.
3. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч в согнутых руках у груди. 1 – присесть, уронить мяч, поймать его; 2 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).
4. И. п. – сидя ноги врозь, мяч внизу. 1 – поднять мяч вверх; 2 – наклониться вперед, коснуться мячом пола; 3 – выпрямиться, поднять мяч вверх; 4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).
5. И. п. – лежа на спине, мяч за головой, руки прямые. 1 – поднять правую (левую) ногу вперед-вверх, коснуться мячом; 2 – исходное положение (5–6 раз).

Заключительная часть

1. Игра "Передай мяч!"

Дети распределяются на несколько групп (по 5–6 человек). У одного из игроков мяч большого диаметра, и он перебрасывает его игрокам поочередно

2. Ходьба в колонне по одному.

Комплекс утренней гимнастики №11

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба в колонне по одному; ходьба с высоким подниманием колен – лошадки; обычная ходьба; легкий бег – руки в стороны, как птицы.
ОРУ

Упражнения с короткой скакалкой

1. И. п. – основная стойка, скакалка, сложенная вдвое, внизу. 1–2 – поднимаясь на носки, скакалку вверх; 3–4 – вернуться в исходное положение (6–8 раз).
2. И. п. – стойка ноги врозь, скакалка внизу. 1 – шаг вправо, скакалку вверх; 2 – наклон вправо; 3 – выпрямиться, скакалку вверх; 4 – исходное положение (6–8 раз).
3. И. п. – основная стойка, скакалка внизу. 1–2 – присесть, скакалку вперед; 3–4 – исходное положение (5–7 раз).
4. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, скакалка на плечах. 1 – поворот туловища вправо (влево); 2 – вернуться в исходное положение (6 раз).
5. И. п. – ноги слегка расставлены, скакалка сзади внизу. Прыжки на двух ногах на месте с вращением скакалки вперед в чередовании с небольшой паузой. (Если дети недостаточно хорошо владеют умением прыгать через короткую скакалку, упражнение можно заменить.)

Заключительная часть

1. Игра "Великаны и гномы".
2. Ходьба в колонне по одному.

Комплекс утренней гимнастики №12

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную.
ОРУ

Упражнения с короткой скакалкой

Упражнения с обручем

1. И. п. – основная стойка внутри обруча, руки вдоль туловища. 1 – присесть; 2 – взять обруч хватом с боков и встать, обруч на уровне пояса; 3 – присесть, положить обруч; 4 – встать, вернуться в исходное положение (6 раз).
2. И. п. – стойка ноги врозь, обруч в согнутых руках на груди. 1 – поворот туловища вправо; 2 – исходное положение. То же влево (6–7 раз).
3. И. п. – основная стойка, обруч вертикально на полу хватом обеими руками сверху. 1–2 – опираясь на обод обруча руками, отвести правую ногу назад; 3–4 – исходное положение. То же левой ногой (6–7 раз).
4. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, обруч в согнутых руках на груди. 1–2 – присесть, обруч вперед, руки прямые; 3–4 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).
5. И. п. – основная стойка в обруче, руки вдоль туловища. Прыжки на двух ногах на счет 1–7, на счет 8 – прыжок из обруча. Повторить 2–3 раза

- Заключительная часть
1. Игра "Великаны и гномы".
 2. Ходьба в колонне по одному.

Комплекс утренней гимнастики №13

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

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

ОРУ

Упражнения с мячом

1. И. п. – стойка ноги врозь, мяч в обеих руках перед собой. Броски мяча вверх (невысоко) в произвольном темпе.
2. И. п. – стойка ноги слегка расставлены, мяч в обеих согнутых руках перед собой. Поворот туловища вправо, бросить мяч о пол, поймать его. То же с поворотом влево (по 3–4 раза в каждую сторону).
3. И. п. – стойка в упоре на коленях, сидя на пятках, мяч перед собой на полу. Прокатить мяч вокруг себя вправо, помогая руками. То же выполнить влево (по 3 раза).
4. И. п. – лежа на спине, ноги прямые, мяч за головой. 1–2 – поднять ноги вверх медленным движением, коснуться их мячом; 3–4 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).
5. И. п. – лежа на спине, мяч в обеих руках за головой, руки прямые. 1–2 – повернуться на живот, мяч в обеих руках; 3–4 – повернуться обратно на спину, вернуться в исходное положение (5–6 раз).
6. И. п. – основная стойка, мяч внизу. 1–2 – правую ногу назад на носок, мяч вверх; 3–4 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6–7 раз).

Заключительная часть

1. Игра "Удочка".

Играющие стоят по кругу, в центре — воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самой землей (полом), а дети подпрыгивают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их ног. Описав мешочком два-три круга, воспитатель дает паузу, во время которой подсчитывается количество задевших за мешочек и даются необходимые указания по выполнению прыжков.

2. Ходьба и бег вокруг мячиков с поворотом по сигналу воспитателя

Комплекс утренней гимнастики №14

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Игра "Великаны и гномы".

ОРУ

Упражнения без предметов

1. И. п. – основная стойка, руки согнуты перед грудью ладонями книзу. 1–3 – три рывка руками в стороны; 4 – исходное положение (5–6 раз).
2. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за головой. 1 – наклон туловища вправо (влево); 2 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).
3. И. п. – лежа на спине, ноги согнуты, ступни на полу, руки вдоль туловища. 1–2 – поднять таз, прогнуться, опираясь на ладони; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).
4. И. п. – лежа на спине, руки вдоль туловища. 1 – поднять правую ногу вперед-вверх; 2 – одновременным движением правую ногу опустить вниз, левую поднять вверх; 3 – левую ногу вниз, правую вверх; 4 – опустить правую ногу. После паузы повторить 2–3 раза.
5. И. п. – сидя ноги врозь, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – наклониться вперед, коснуться руками носков правой (левой) ноги; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – вернуться в исходное положение (6 раз).
6. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1–2 – поднимаясь на носки, руки через стороны вверх; 3–4 – исходное положение (6–7 раз).

Заключительная часть

1. Игра "Не попадись!" (прыжки в круг и из круга по мере приближения водящего).
2. Ходьба и бег вокруг мячиков с поворотом по сигналу воспитателя

Комплекс утренней гимнастики №15

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба в колонне по одному, по кругу с поворотом по команде воспитателя; ходьба и бег врассыпную.

ОРУ

Упражнения с кеглями

1. И. п. – основная стойка, кегли внизу. 1 – кегли в стороны; 2 – кегли вверх; 3 – кегли в стороны; 4 – вернуться в исходное положение (6–7 раз).
2. И. п. – стойка ноги врозь, кегли внизу. 1 – кегли в стороны; 2 – наклон вперед к правой ноге, поставить кегли у носка; 3 – выпрямиться, руки на пояс; 4 – наклониться, взять кегли, вернуться в исходное положение. То же к левой ноге (4–6 раз).
3. И. п. – стоя в упоре на коленях, кегли у плеч. 1 – поворот вправо, поставить кеглю у пятки правой ноги; 2 – поворот влево, поставить кеглю у пятки левой ноги; 3 – поворот вправо, взять кеглю; 4 – поворот влево, взять кеглю (4–6 раз).
4. И. п. – сидя ноги врозь, кегли у груди. 1–2 – наклон вперед, коснуться кеглями пола между носков ног (рис. 30); 3–4 – вернуться в исходное положение (6 раз).
5. И. п. – основная стойка, кегли внизу. 1 – присесть, кегли вынести вперед; 2 – исходное положение (6–7 раз).
6. И. п. – основная стойка, кегли на полу. Прыжки на правой и левой ноге вокруг кеглей в обе стороны (рис. 31). Повторить 2–3 раза.

Заключительная часть

1. Игра «Ворота»

Дети идут по площадке парами, держась за руки. На сигнал воспитателя «Ворота!» останавливаются и поднимают руки. Последняя пара проходит под воротами и становится впереди. Игра продолжается

2. Ходьба в колонне по одному

Комплекс утренней гимнастики №16

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба и бег с перешагиванием через предметы; ходьба и бег врассыпную.

ОРУ

Упражнения без предметов

1. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища; 1–2 – поднимаясь на носки, руки через стороны вверх, прогнуться; 3–4 – исходное положение (6–7 раз).
2. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, руки за головой. 1–2 – присесть медленным движением, руки в стороны; 3–4 – исходное положение (5–6 раз).
3. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за спиной. 1 – руки в стороны; 2 – наклониться к правой ноге, хлопнуть в ладоши за коленом; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение. То же к левой ноге (6 раз).
4. И. п. – стойка в упоре на колени, опираясь ладонями о пол. 1 – поднять правую ногу назад-вверх; 2 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6–7 раз).
5. И. п. – стойка в упоре на коленях, руки на поясе. 1 – поворот вправо, правую руку вправо; 2 – вернуться в исходное положение. То же влево (4–6 раз).
6. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 – прыжком ноги вместе. Выполняется под счет 1–8 (2–3 раза)

Заключительная часть

1. Игра «Тишина»

Дети идут в обход площадки в колонне по одному.

Тишина у пруда,

Не колышется вода,

Не шумят камыши.

Засыпайте, малыши.

(На последние слова останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза на 10 сек.)

2. Ходьба в колонне по одному.

Комплекс утренней гимнастики №17

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя.

ОРУ

Упражнения с палкой

1. И. п. – основная стойка, палка внизу. 1 – поднять палку на грудь; 2 – палку вверх; 3 – палку на грудь; 4 – исходное положение (6–7 раз).
2. И. п. – стойка ноги врозь, палка внизу. 1 – палку вверх; 2 – наклон к правой ноге; 3 – выпрямиться, палку вверх; 4 – исходное положение. То же к левой ноге (6 раз).
3. И. п. – основная стойка, палка на плечах. 1–2 – присесть медленным движением, спину и голову держать прямо; 3–4 – исходное положение (5–7 раз).
4. И. п. – лежа на животе, палка в согнутых руках перед собой. 1 – прогнуться, палку вперед-вверх; 2 – вернуться в исходное положение (5–7 раз).
5. И. п. – основная стойка, палка хватом сверху шире плеч внизу. 1 – прыжком ноги врозь, палку вверх; 2 – прыжком ноги вместе. Выполняется на счет 1–8 (2 раза).

Заключительная часть

1. Игра «Автомобили».

Выезжать из гаражей можно только по сигналу воспитателя, возвращаться в гараж тоже по сигналу.

Если флажок опущен, автомобили не двигаются

2. Ходьба в колонне по одному.

Комплекс утренней гимнастики №18

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Игра "Эхо".

ОРУ

Упражнения без предметов

1. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – шаг правой ногой вправо, руки в стороны; 2 – исходное положение. То же левой ногой (6–7 раз).
2. И. п. – ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища. 1–3 – пружинистые приседания, руки вперед; 4 – исходное положение (5–7 раз).
3. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки внизу. 1 – руки согнуть перед грудью; 2 – поворот вправо, руки развести в стороны; 3 – руки перед грудью; 4 – исходное положение. То же в левую сторону (6 раз).
4. И. п. – ноги параллельно, руки вдоль туловища. 1 – руки в стороны; 2 – согнуть правую ногу, положить на колено; 3 – опустить ногу, руки в стороны; 4 – исходное положение. То же левой ногой (6 раз).
5. И. п. – стойка на коленях, руки на поясе. 1–2 – с поворотом вправо сесть на правое бедро; 3–4 – исходное положение. То же влево (по 3 раза).
6. И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. Прыжки на правой и левой ноге под счет воспитателя 1–8. Повторить упражнение 1–3 раза.

Заключительная часть

1. Игровое упражнение "Не попадись".

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

2. Ходьба в колонне по одному за самым ловким ловишкой. 2. Ходьба в колонне по одному.

Комплекс утренней гимнастики №19

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба в колонне по одному, выполняя упражнения для рук по сигналу воспитателя – руки в стороны, за голову, на пояс; бег врассыпную.

ОРУ

Упражнения с малым мячом

1. И. п. – основная стойка, мяч в правой руке внизу. 1 – руки в стороны; 2 – руки вверх, переложить мяч в другую руку; 3 – руки в стороны; 4 – исходное положение (6–7 раз).
2. И. п. – стойка ноги врозь, мяч в правой руке. 1 – наклон к правой ноге; 2–3 – прокатить мяч от правой ноги к левой и обратно; 4 – исходное положение. То же к левой ноге (4–5 раз).
3. И. п. – стойка на коленях, мяч в обеих руках. 1–2 – садясь на пятки и поворачивая туловище вправо, коснуться мячом пола; 3–4 – вернуться в исходное положение. То же влево (4–6 раз).
4. И. п. – сидя на полу, мяч зажат между стопами ног, руки в упоре сзади. 1–2 – поднять прямые ноги, стараясь не уронить мяч; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–7 раз).
5. И. п. – лежа на спине, мяч в прямых руках за головой. 1–2 – поднять вперед прямые руки и правую ногу, коснуться ее мячом; 3–4 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6–7 раз).
6. И. п. – ноги слегка расставлены, мяч в правой руке. Ударять мячом о пол правой рукой, ловить мяч двумя руками. Темп произвольный.

Заключительная часть

1. Игра "Удочка".

Играющие стоят по кругу, в центре — воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самой землей (полом), а дети подпрыгивают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их ног. Описав мешочком два-три круга, воспитатель дает паузу, во время которой подсчитывается количество задевших за мешочек и даются необходимые указания по выполнению прыжков.

2. Ходьба и бег вокруг мячиков с поворотом по сигналу воспитателя