

## Перспективный план работы на лето подготовительной группы



Воспитатель:

Старенькова Марина Анатольевна

Куликова Анастасия Геннадьевна

Копия верна.  
9.11.2020  
Зав. Д/С Т.А. Терехова

Новосибирск 2020г.



# ИЮНЬ



## 1 Я НЕДЕЛЯ (с 4 по 8 июля)

### Лето.

- Закреплять представления детей о сезонных изменениях, происходящих в природе летом.
- Уточнять характерные признаки лета.
- Воспитывать бережное отношение к окружающей природе.

## 2 Я НЕДЕЛЯ (с 11 по 15 июня)

### О пользе и вреде солнечных лучей для здоровья.

- Формировать систему представлений о солнце, о его главных функциях – светить и греть. О том, что солнце не всегда несет добро живой природе, иногда длительное пребывание на солнце вызывает ожоги на коже и солнечные удары у людей, возникают лесные пожары, засыхают растения на полях.

## 3 Я НЕДЕЛЯ (с 18 по 22 июня)

### Самые разные цветы.

- Расширять представление детей о разнообразии цветов: они могут быть большими и маленькими, круглыми и плоскими, похожими на колокольчики и на звезды; они растут на садовых растениях, кустарниках, деревьях и на травах; окраска цветов включает все цвета радуги.

## 4 Я НЕДЕЛЯ (с 25 по 29 июня)

### Для чего нужна вода?

- Формировать знание детей о значении воды в жизни человека; о том, что вода существует в окружающей среде в различных видах. Это и дожди, и реки, и моря. В реках вода без запаха, без вкуса – пресная, в ней живут щуки, караси. В море вода соленая, там живут свои обитатели – медузы, акулы, дельфины и другие.
- Воспитывать бережное отношение к воде.

# ИЮЛЬ



## 1 Я НЕДЕЛЯ (с 2 по 6 июля)

### Родной город.

- Воспитывать любовь к родному городу. Рассказать об истории города, о самых красивых местах и других его достопримечательностях.
- Учить называть свой родной город, домашний адрес.
- Учить называть улицу, на которой находится детский сад.
- Воспитывать бережное, заботливое отношение к своему городу.

## 2 Я НЕДЕЛЯ (с 9 по 13 июля)

### Овощи и фрукты – кладовая здоровья.

- Закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов; о том, что в них содержатся витамины, которые так необходимы человеку.
- Формировать представления детей о том, какие витамины и в каких овощах и фруктах они содержатся: витамин А (помидор, морковь, лук, абрикос...) – улучшает зрение; витамин С (капуста, зеленый лук, черная смородина, лимон, апельсин...) – прогоняет усталость, возвращает румянец, улучшает аппетит.

## 3 Я НЕДЕЛЯ (с 16 по 20 июля)

### Домашние питомцы.

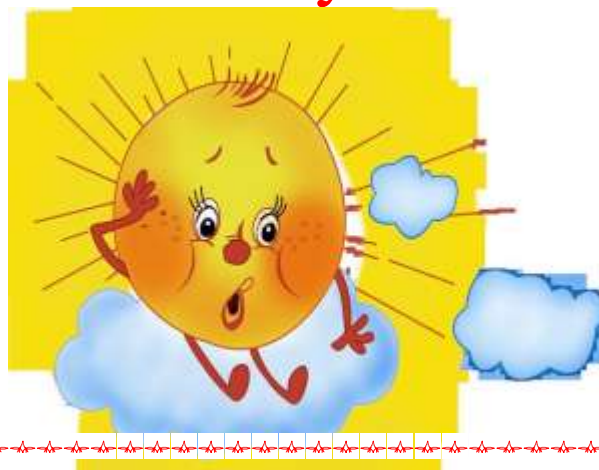
- Закреплять знания детей о домашних животных, об их роли в жизни людей.
- Закреплять знания о характерных особенностях внешнего вида, поведения, образа жизни домашних животных.

## 4 Я НЕДЕЛЯ (с 23 по 27 июля)

### Лесной дом.

- Дать представление о том, что лес – это зеленый наряд нашей планеты. Лес бывает хвойный и лиственный. Здесь растет много растений: кустарники, цветы, грибы.
- Закрепить знания о том, что лес – это дом для зверей и птиц.

**август**



## **1 Я НЕДЕЛЯ (с 1 по 10 августа)**

### **Тема: Спички невелички.**

- Довести до понимания детей предназначение спичек в доме, разъяснить их опасность, если попадут в неумелые руки невнимательного, безответственного человека.
- Учить, в случае необходимости, набирать телефонный номер пожарной службы, милиции и «скорой помощи».

## **2 Я НЕДЕЛЯ (с 13 по 17 августа)**

### **Тема: Моя семья.**

- Закреплять представление о том, что такое семья; о родственных отношениях в семье: каждый из них одновременно сын (дочь), внук (внучка), брат (сестра), и др.
- Учить знать и называть своих ближайших родственников, место работы родителей, и их профессии, любимые занятия родителей и других членов семьи.

## **3 Я НЕДЕЛЯ (с 20 по 24 августа)**

### **Тема: Маленькие человечки.**

- Расширять представления детей о сказках, сказочных героях — маленьких человечках. Некоторые, несмотря на свои маленькие размеры, способны творить настоящие большие чудеса.
- Дать представление о том, что сказочники-писатели, живущие в разных странах, их называли по-своему: эльфы, гномы, тролли, и другие.

## **4 Я НЕДЕЛЯ (с 27 по 31 августа)**

### **Тема: Свежий воздух нужен всем.**

- Формировать знание детей о значении воздуха не только в жизни человека, но и всего живого на Земле.
- Дать представление о том, что в воздухе содержится кислород.
- Воспитывать бережное отношение к воздуху.

## **Наблюдения на прогулке.**



## ИЮНЬ

**ЖИВАЯ ПРИРОДА**

**НЕЖИВАЯ ПРИРОДА**

**ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

**Наблюдение:**

- деревьев и кустарников;
- посадок на огороде;
- сорной травы;

- цветов на клумбе;

- бархатцев;

- красоты окружающей природы.

### Наблюдения:

- за растениями: одуванчиками в дневное и вечернее время;

- за птицами: воробьями, вороной, синицей;

- за комарами и мошками;

- теми, кто обитает на дереве.

### Наблюдения:

- за солнцем;

- за вечерним небом;

- луной;

- дождем;

- состоянием природы после дождя;

- состоянием природы после грозы;

- ветром и облаками;

- за природой в теплый вечер.

### Наблюдение:

- дополиного пуха;

- песка и почвы.

### Сравнение песка и почвы.

### Испарение воды.

### Веселые кораблики.

### Свойства песка.

### Свойство солнечных лучей.

### Что будет если огород не пропалывать?



[Увеличить](#)

## ИЮЛЬ

**ЖИВАЯ ПРИРОДА**

**НЕЖИВАЯ ПРИРОДА**

**ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

**Наблюдение:**

- цветов в цветнике;
- деревьев;
- внешнего вида птиц;
- улитки.

**Наблюдения:**

- за растениями;
- за поливом цветов;
- за различием в поведении птиц;
- за ласточками;
- за различными живыми существами:
- за улиткой
- за божьей коровкой
- за муравьями

- за стрекозой;
- за кузнечиком
- за дождевым червем
- за шмелем
- за бабочкой
- за гусеницами бабочки.

### Наблюдения:

- за погодой;
- за движением солнца;
- за вечерними облаками;
- за цветом неба;
- за вечерними тенями.

### Почему на тропинках не растут растения?

### Потребность растений в воде.

### Движение воздуха.

### Плывущие кораблики.

### Веселые кораблики.



Увеличить

## ЖИВАЯ ПРИРОДА

## НЕЖИВАЯ ПРИРОДА

## ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

### Наблюдение:

- изходов деревьев;
- белого одуванчика;
- растений на огороде;
- одорожника;
- растущей травы;
- семян цветов;
- цветов на клумбе;
- крожая на огороде.

### Наблюдения:

- на березой;
- на полетом парашютиков;
- на дождем и растениями;
- на насекомыми:
  - бабочками
  - стрекозами
  - муравьями
  - шмелем
  - паучками и паутиной
  - богомол
  - пчелой.
- на полетом насекомых;
- на поведением птиц;
- поведением птиц;

- за сбором урожая.

## Наблюдения:

- за состоянием погоды;
- за погодой и солнцем;
- за солнечным зайчиком;
- за движением солнца;
- за кучевыми и перистыми облаками;
- за дождем, лужами;
- за радугой;
- за ветром;
- за небом;
- за изменениями в погоде.

Свойства мокрого и сухого песка.

Передача солнечного зайчика.

Свойство солнечных лучей высушивать предметы.

Радуга.

Состояние почвы в зависимости от температуры воздуха.



# ТРУД В ПРИРОДЕ.

## ИЮНЬ

Наведение порядка на групповом участке после дождя. Подравнивание бордюров на цветочной клумбе, полив, рыхление почвы. Работа на огороде. Прополка огорода.

## ИЮЛЬ

Работа на огороде (прополка, рыхление почвы). Наведение порядка возле песочницы, на участке группы.

## АВГУСТ

Наведение порядка на участке. Помощь детям младшей группы в уборке песка вокруг песочницы. Прополка сорняков на огороде. Сбор созревших семян цветочных растений.



## ИЮНЬ РАСЦВЕТЕНИЕ

### «Нарисуй картинку про лето»:

Учить, доступными средствами отражать полученные впечатления. Закреплять приемы рисования кистью. Поощрять рисование разных предметов в соответствии с содержанием рисунка.

#### «Волнышко и тучка»:

Закреплять умение изображать предметы круглой и овальной формы. Закреплять навыки работы гуашевыми красками, маркерами.

#### «Красивые цветы»:

Закреплять умение рисовать кистью и красками. Учить передавать в рисунке части растения. Развивать эстетическое восприятие, чувство радости от созданного изображения.

#### «Рыбки»:

Учить изображать рыбок, плавающих в разных направлениях; правильно передавать их форму, хвост, плавники. Закреплять умение рисовать кистью и красками, используя грифель разного характера.

## ИЮЛКА

### «Вылепи что хочется»:

Развивать самостоятельность и творчество, умение создавать изображения по собственному замыслу. Закреплять разнообразные приемы лепки.

## Сентябрь

Учить определять содержание своей работы, использовать в лепке знакомые приемы. Развивать воображение, творческие способности.

### «Куки на цветочной клумбе»:

Лепка жуков конструктивным способом с передачей строения. Закрепление способа лепки полусферы (частичное сплющивание шара).

### «Наш аквариум»:

Активизация применения разных приемов лепки для создания красивых водных растений и декоративных рыбок.

## АПРИЛЬ

## КОНСТРУИРОВАНИЕ

### «Открытка про лето»:

Закреплять приемы работы с ножницами. Учить преобразовывать форму, нарезаая квадрат на треугольники, круг на полукруги. Развивать композиционные умения.

### «Волнышко»:

Продолжать освоение обрывной техники аппликации. Координировать движения глаз и рук. Воспитывать интерес к познанию природы.

### «Цветочная клумба»:

Составление полихромного цветка из 2-3 бумажных форм, подбор красивого цветосочетания. Освоение приема оформления цветка: надрезание края бахромой.

### «Рыбки играют, рыбки сверкают»:

Изображение рыбок из отдельных элементов (кругов, овалов, треугольников). Развитие композиционных умений.

## ИЮЛЬ

## РИСОВАНИЕ

### «Город, в котором мы живем»:

Учить рисовать большие дома, передавая прямоугольную форму стен, ряды окон. Развивать умение дополнять изображение на основе впечатлений от окружающей жизни.

### «Фруктовый стол»:

Закреплять умение изображать предметы круглой и овальной формы. Закреплять навыки работы гуашевыми красками.

### «Забрый петушок»:

Рисование петушка гуашевыми красками. Совершенствование техники владения кистью: свободно и уверенно вести кисть по ворсу, повторяя общие очертания силуэта.

### «Лесная птичка»:

Учить рисовать птичку, передавая форму тела, частей, красивое оперение. Закреплять

приемы рисования кистью, мажком.

## ЛЕПКА

Развивать самостоятельность и творчество, умение создавать изображения по собственному замыслу. Закреплять разнообразные приемы лепки.

### «Вот какой у нас арбуз»:

Лепка ломтей арбуза – моделирование частей (корка, мякоть) по размеру и форме, приклеивание настоящих арбузных семечек.

### «Созленок»:

Продолжать учить лепить четвероногое животное. Закреплять приемы лепки (раскатывание, сглаживание, прищипывание, прикрепление частей).

### «Медвежонок»:

Продолжать учить лепить медвежонка. Синхронизировать движения обеих рук. Развивать глазомер, чувство формы и пропорции.

## АПЛИКАЦИЯ

## КОНСТРУИРОВАНИЕ

### «Красивый город»:

Закреплять умение конструировать из деталей конструктора, совершенствовать конструкторские навыки. Развивать образное восприятие, воображение.

### «Дорода»:

Закреплять:

- умение правильно пользоваться ножницами;
- приемы аккуратного наклеивания. Воспитывать самостоятельность.

### «Петя-петушок»:

Создание выразительного образа петушка из пластилина и природного материала. Экспериментирование с художественными материалами.

### «Дережок»:

Развивать конструкторские навыки, фантазию, творчество, умение самостоятельно выполнять последовательность действий.

## ВГУСТ

## РАСЦОВКА

### «Тили-бом, тили-бом, загорелся кошкин дом...»:

Учить передавать в рисунке образ сказки. Развивать образные представления, воображение, самостоятельность и творчество.

### «Рисуй, что хочешь»:

Учить самостоятельно выбирать тему своего рисунка, доводить задуманное до конца, правильно держать карандаш, закрашивать небольшие части рисунка. Развивать творческие способности, воображение.

### «Маленький гномик»:

Учить передавать в рисунке образ маленького человека. Лепного гномика, состоящая из простых частей: круглая голова, конусообразная рубашка, треугольный колпачок.

### «Цветные шарики»

Продолжать знакомить с приемами изображения предметов овальной и круглой формы. Закреплять навыки закрашивания.

### ЛЕПКА

### «Волшебный коробок»:

Создание оригинальных композиций в спичечных коробках. Формирование интереса к экспериментированию с художественными материалами.

### «Цветы-сердечки»:

Создание рельефных картин в подарок близким людям – родителям. Поиск вариантов изображения цветов с элементами-сердечками.

### «Луха-цокотуха»:

Создание сюжетной композиции по мотивам сказки. Лепка насекомых в движении с передачей характерных особенностей строения и окраски.

### «Игрушка-свистулька»:

Знакомство с игрушкой-свистулькой как видом народного декоративно-прикладного искусства. Формирование представления о ремесле игрушечных дел мастеров.

### АПЛИКАЦИЯ

### КОНСТРУИРОВАНИЕ

### «Пожарная машина»:

Заниматься в конструировании пожарной машины. Уточнять представления о геометрических фигурах. Развивать способность к плоскостному моделированию.

### «Рамка для фотографии»:

Закреплять приемы работы с ножницами, приемы аккуратного наклеивания, умение чередовать изображения по цвету. Развивать чувство ритма и чувство цвета.

### «В сказочном лесу»:

Продолжать знакомить с различным природным материалом. Учить выполнять поделки из природного материала с использованием шишки, желудя, скорлупы ореха.

### «Воздушный змей»:

Познакомить к изготовлению простых игрушек оригами. Учить складывать квадрат по диагонали, пополам, добавлять элементы для украшения.

# Дидактические и подвижные игры.



## ИЮНЬ

- «Найди пару»,
- «Съедобное – несъедобное»,
- «Что выросло в огороде»,
- «Орудия труда»,
- «Кто в поле работает»,
- «Магазин цветов».
- «Дерево – листок»,
- «Что общего и чем отличаются друг от друга»,
- «Цветочный магазин».
- «Пожарные на учениях»,
- «Цветные автомобили» (с усложнениями),
- «Безопасные горшки» и др.

- «Классики»,
- «Скакалки»,
- «Мышеловка»,
- «Ловишки»,
- «Карусели»
- «Собери дорожный знак»,
- «Светофор»
- «Дорожное движение»
- «Пузырь»,
- «Поезд»,
- «Догони мяч»
- «Прятки»,
- игры с воздушными шарами,
- мячами, скакалками
- «Водители»,
- «Морской круиз»
- «Угадай, что за птица»,
- «Четвертый лишний»
- «Сбей кеглю»,
- «Курочка-Хохлатка»,
- «Горелки»,
- «Бездомный заяц»,
- «Воробышки и кот»;

## ИЮЛЬ

- «Чей домик»,
- «Геометрическое лото»,
- «Найди пару»,
- «Найди дерево по листику»,
- «Светофор»,
- «Чей малыш»
- «Кот и мыши»,
- «Цветные автомобили»,
- «Поймай комара»,

- «День и ночь», «Совушка»,
- «Найди пару», «Куры в огороде»,
- «Догонялки»,
- «Салки»,
- «Воробышки в гнёздышках».
- «Изобрази лесных зверей»,
- «Кто тише»,
- «Пробеги тихо»,
- «Пузырь»,
- «Солнышко»,
- «Лохматый пес»,
- «Солнышко и дождик»,
- «Самолеты», «Бегите ко мне»,
- «Куры в огороде»,
- «Пузырь», «Кошки-мышки»,
- «Догоните меня»,
- «Гуси-гуси», «Сбей кеглю»
- «Птички и собачки»,
- «Магазин»,
- «Семья»,
- «Дочки-матери»,
- «Шофёр»,
- «Больница»,
- «Строитель»,
- «Парикмахерская»

## АВГУСТ

- «Подскажи словечко»
- «Быстро угадай»
- «Дерево, кустарник, цветок»
- «Помнишь ли ты эти стихи»
- «Добрые слова»
- «Игра в загадки»

## • «Помнишь ли ты...»

- «Знаешь ли ты...»
- «Будь внимательным»
- «Рыба, птица, зверь, насекомое»
- «Кто кем будет»
- «Где что растёт»
- «Братъ – не братъ» (птицы)
- «Какая, какой, какое?»
- «Кто кем был»
- «Третий лишний » (птицы)
- «Кто больше назовет действий».
- «Пчелки и ласточки»
- «Узнай растение»
- «Голубь»
- «Напой лошадку»
- «Перенеси предмет»
- «Замри»
- «Ловишки с приседанием»
- «Самолеты»
- «Птички и кошка»
- «К названному дереву беги»
  - «Узнай растение»
  - «Мой веселый звонкий мяч»,
  - «Найди флажок»,
  - «Птички в гнездышках»,
  - «Кот и мыши»,
  - «Воробышки и автомобиль»,

- «Найди пару»,
- «Куры в огороде»,
- «Догонялки»,
- «Салки»,
- «Воробышки и кот»,
- «Мяч в кругу»,
- «Солнышко и дождик»,
- «Через ручеек»,
- «Будь осторожен!»

## Художественная литература.



## ИЮНЬ - ИЮЛЬ - АВГУСТ

### Потешки, песенки.

- «Лесной наряд» (болгарская);
- «Дон! Дон! Дон!...»;
- «Парашек» (английская, обр. С.Маршака);
- «Ласточка» (армянская, обр. И.Токмаковой);
- «И по лесу, по зеленому бреду...»;
- «Супите лук» (шотландская, пер. И.Токмаковой).

### Сказки.

«Г... И... П...»

«Три поросенка» (английская, пер. С.Маршака);

«Красная шапочка» (Ш.Перро);

«Исичка-сестричка и волк»;

«Как собака друга искала» (мордовская, обр. С.Фетисова);

«Огниво» (Х.-К. Андерсен);

«Сестрица Аленушка и братец Иванушка»;

«Петушок и бобовое зернышко».

### **ОГНИ.**

И.Тувим «Овощи»;

Л.Егоров «Редиска», «Тыква», «Морковка», «Горох», «Огурцы»;

С.Михалков «Дядя Степа»;

С.Маршак «Вот какой рассеянный»;

С.Дрожжин «Улицей гуляет...»;

Л.Квитко «Бабушкины руки»;

Г.Собакин «До будущего лета».

### **Рассказы и повести.**

И.Ушинский «Бодливая корова»;

Л.Введенский «О девочке Маше, о собаке, петушке и кошке Ниточке»;

И.Чарушин «Что за зверь?»;

Л.Берг «Рыбка»;

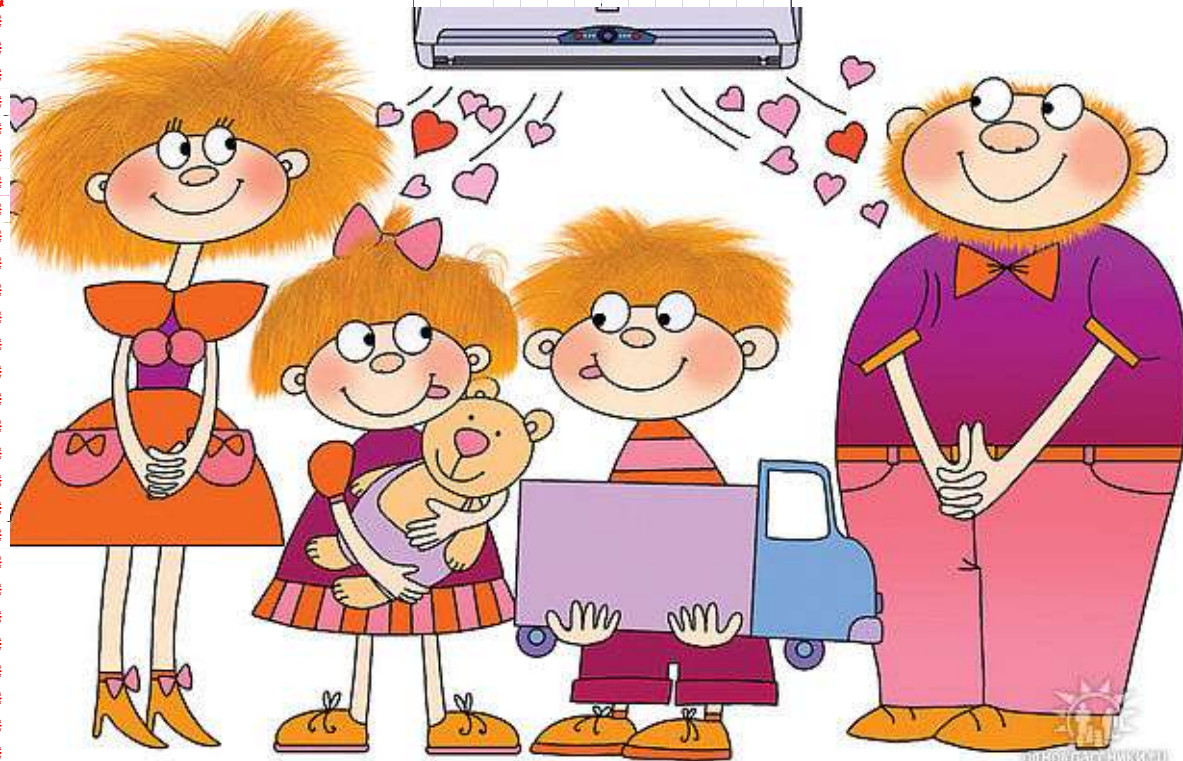
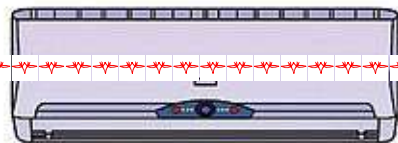
И.Пришвин «Ребята и утята», «Журка»;

И.Бианки «Первая охота», «Лесные домишки», «Хвосты»;

И.Носов «Затейники»;

Из книги В.Зотова «Лесная мозаика»: «Береза», «Дуб», «Божья коровка», «Мать-и-мачеха», «Одуванчик», «Ромашка», «Кузнечик», «Майский жук»

Работа с родителями.



## ИЮНЬ

1. Консультация для родителей «Чем занять детей летом?».
2. Выставка детских работ «Красивые цветы».
3. Консультация для родителей «Игры с ребенком летом».
4. Консультация для родителей «Солнце доброе и злое».

Распространение педагогических знаний среди родителей, теоретическая помощь родителям в вопросах воспитания детей.

Активизировать включенность родителей в интересы и потребности ребенка.

Выставка детских рисунков и совместных поделок родителей и детей.

## ИЮЛЬ

1. Выставка детских работ «Город, в котором мы живем».
2. Консультация для родителей «Пищевые отравления».
3. Консультация для родителей «Укусы насекомых».
4. Конкурс фруктовых салатов «фруктовый калейдоскоп».
5. Консультация для родителей «Сделай сам»

Знакомление родителей с основными факторами, способствующими укреплению здоровья дошкольников в летний период.

Привлечение внимания родителей к вопросам о витаминах, о правильном их употреблении.

Выставка детских рисунков.

АВГУСТ

1. Консультация для родителей

«Супание – прекрасное закаливающее средство».

2. Фотовыставка «Мама, папа и я».

3. Консультация для родителей «Огонь – друг, огонь - враг».

4. Выставка детских работ «Воздушные змеи».

5. Консультация для родителей

«В жаркий день – на пляже, в бассейне, на даче».

Реализация единого воспитательного подхода при обучении ребенка правилам пожарной безопасности.

Активизация педагогических знаний родителей.

Активизация включенности родителей в работу детского сада. Развитие позитивных взаимоотношений родителей и работников ДОУ.



**Перспективный план утренней  
гимнастики на лето.**



## ИЮНЬ

### 1 комплекс (без предметов).

1 Построение в колонну по одному. Ходьба, на сигнал (воробьи) остановиться, сказать «Чик- чирик». Повторить 3-4 раза. Ходьба и свободное перестроение. (30с.)

## 1. ОРУ

1 И.п. - стоя, ноги слегка расставить, руки вдоль туловища. «Птички машут крыльями» - поднять руки в стороны до уровня плеч, затем опустить, произнося: «Чик – чирик». Повторить 4-5 раз

2 И.п. - встать прямо, ноги слегка расставить, руки на поясе. Повороты туловища влево и вправо. Повторить 4 раза в каждую сторону.

3 И.п. - стоя, ноги на ширине плеч, руки за спиной, наклониться вперед - вниз и постучать пальцами по коленям, произнося «Чик-чирик», вернуться в и. п. Повторить 5-6 раз.

4 И.п. - лечь на спину, руки вдоль туловища. Поднять руки и ноги вверх и побарахтаться, как жучок, повернуться на спину, вернуться в и. п. Повторить 4-5 раз.

## III. Приседания и ходьба в колонне по одному (30с.)

- дыхательные упражнения

- игра малой подвижности «Части тела».  
комплекс (с предметами).

1. Свободная ходьба, легкий бег в противоположенную сторону. У детей в руках флажки. Ходьба и построение в три колонны. (30с.)

### 1. ОРУ

1. И.п. - стоя, ноги слегка расставить, руки с флажками за спиной. «Покажи флажки»- поднять руки в стороны, вернуться в и. п. Повторить 5-6 раз.

2. И.п. - сидя на полу, скрестить ноги, флажки в руках стоят палочками на коленях. Повернуться вправо, спрятать флажок за спину, вернуться в и. п. То же повторить влево. Повторять 3-4 раз в каждую сторону.

3. И.п. - стоя, ноги слегка расставить, руки с флажками вдоль туловища. Наклониться в перед- вниз и постучать палочкой флажка об пол, сказать «Тук-тук». Повторить 5-6

4. И.п.: лежа на спине, руки с флажками вдоль туловища. Приподнять голову и плечи, подуть на флажок, вернуться в и. п. Повторить 4-5 раз.

5. Повторение упражнения №1

II. Приседания с прыжками. Ходьба в колонне по одному. (30с.)

- дыхательные упражнения

- игра малой подвижности «Передай другому»

Слова: « По утрам зарядку делай,

Будешь сильным, будешь смелым!»



## **1. ЮЛЬ**

### **1. комплекс (без предметов).**

**1. Ходьба в колонне по одному, ходьба врассыпную. Бег в рассыпную под звон погремушки, ходьба и перестроение в две колонны. (30с.)**

## **2. ОРУ**

**1. И.п. - стоя, ноги слегка расставить, руки вдоль туловища. Поднять руки в стороны, опустить вниз. Повторить 5-6 раз.**

**2. И.п. - сидя на полу, скрестить ноги. Повернуться влево – назад, вернуться в и. п. То же выполнить правой рукой. Повторить 3-4 раза в каждую сторону.**

**3. И.п. - стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Наклониться вперед, вернуться в и. п. Повторить 5-6 раз.**

**4. И.п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередно подтягиваться к туловищу ноги, согнутые в коленях, сказать «Тук- тук». Повторить 5-6 раз.**

**5. Повторение упражнения №1**

**1. Ходьба. «Лошадки» - прямой галоп. (30с.)**

**- дыхательные упражнения**

**- игра малой подвижности «Летает – не летает»**

## **2. ЮЛЬ**

### **2 комплекс (с предметами).**

**1. Свободная ходьба в одном направлении, легкий бег в противоположную сторону. 2. детей в руках мяч. Построение в три колонны. (30с.)**

## **3. ОРУ**

**1. И.п. - ноги слегка расставлены, руки за спиной, мяч в правой руке. Поднять руки в стороны вверх, подняться на носки, мяч переложить в другую руку, вернуться в и.п. Повторить 4-5 раз.**

**2. И.п. - ноги слегка расставлены, руки в стороны, мяч в правой руке. Со словом «положим» присесть, положить мяч на пол перед собой, выпрямиться, руки на пояс. Со словом «возьмем» присесть, взять левой рукой мяч, встать руки в стороны. Повторить 4-5 раз.**

**3. И.п. - сидя на полу, ноги калачиком, руки на коленях, мяч в правой руке. Поворот туловища вправо, положить мяч на пол справа. Поворот прямо, взять мяч, выпрямиться, руки на коленях. То же в левую сторону. Повторить 3-4 раза**

4. И.п. - ноги слегка расставлены, руки за спиной, мяч в правой руке.

Поднять мяч на левую руку в стороны, правую за мячом, мяч сосчитать, опустить на всю ступню, переложить мяч за спиной в левую руку. То же в левую сторону. Повторить 3-4.

5.

Повторение упражнения №1

Положить мяч, прыжки на месте. Ходьба. (30с.)

- дыхательные упражнения

- игра малой подвижности «Передай другому»

**Слова:** «Выши руки! Шири плечи!

Раз, два, три, дыши ровней.

От зарядки станешь крепче,

Станешь крепче и сильнее!»

**ВГУСТ**

**1 комплекс (без предметов).**

1. Ходьба по кругу. Бег в свободном направлении. (30с.)

**2. ОРУ**

1. И.п. - стоя, ноги слегка расставить, руки вдоль туловища. Поднять руки в стороны до уровня плеч, Вернуться в исходное положение, сказать: «Га- гага». Повторить 4-6 раз.

2. И.п. - стоя, ноги слегка расставить, руки на поясе. Наклониться вправо, вернуться в и. п. То же выполнить влево. Повторить 4 раза.

3. И.п. - стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе. «Гуси шипят» - наклониться вперед и посмотреть перед собой, произнося: «Ш-Ш-Ш», вернуться в и. п. Повторить 5-6 раз.

4. И.п. - лежа на спине, руки вытянуть вдоль плеч. Поднять руки и ноги вверх и побарахтаться, как жучок. После нескольких движений опустить руки и ноги на пол, затем повторить упражнение. Повторить 5-6 раз.

5. Повторение упражнения №1

1. Ходьба в колонне по одному. (30с.)

- дыхательные упражнения

- игра малой подвижности «Передай другому»

**ВГУСТ.**

**2 комплекс (с предметами).**

1. Свободная ходьба в одном направлении, легкий бег в противоположную сторону.

1. И.п. - ноги слегка расставлены, руки с флажками за спиной. «Покажи флажок» - поднять руки в стороны, вернуться в и. п. Повторить 5-6 раз.
  2. И.п. - сесть на пол, скрестив ноги, флажки в руках стоят палочками на коленях. Повернуться вправо, спрятать флажок за спину, вернуться в и. п. То же повторить влево. Повторить 3-4 раза в каждую сторону.
  3. И.п. - стать прямо, ноги слегка расставить, руки с флажками вдоль туловища. Наклониться вперед – вниз и постучать палочками флажка об пол, сказать «Тук-тук». Повторить 5-6 раз.
  4. И.п. - лечь на спину, руки с флажками вдоль туловища. Приподнять голову и плечи, подуть на флажок, вернуться в и. п. Повторить 5-6 раз.
- Повторение упражнения №1

5. Положить флажки и побегать врассыпную. С окончанием бега взять флажки.
- Годьба в колонне по одному. (30с.)

- дыхательные упражнения

- игра малой подвижности «Передай другому»

Слова: «Здоровье в порядке,

Спасибо зарядке»

# ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ-ДОШКОЛЬНИКОВ.



## ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ-ДОШКОЛЬНИКОВ.

### Пальчики в лесу.

Один, два, три, четыре, пять,  
Пошли пальчики гулять.  
(Взрослый держит перед собой кулачок ребенка)  
Тот пальчик в лес пошел,  
(разгибает мизинчик)  
Тот пальчик гриб нашел,  
(разгибает безымянный пальчик)  
Тот резал,  
(разгибает средний пальчик)  
Тот ел,  
(разгибает указательный пальчик)  
А этот лишь глядел!  
(разгибает большой пальчик и щекочет ладошку)

### Что приехал?

Что приехал?  
(Ребенок складывает вместе ладошки и пальцы обеих рук, четыре раза хлопает кончиками больших пальцев)  
Вы, мы, мы!  
(Теперь кончики больших пальцев прижаты друг к другу и неподвижны, а кончиками остальных пальцев быстро и одновременно хлопает три раза)  
Мама, мама, это ты?  
(хлопает кончиками больших пальцев)  
А, да, да!

**Папа, папа, это ты?**

(хлопает кончиками больших пальцев)

**а, да, да!**

(хлопает кончиками средних пальцев)

**братец, братец, это ты?**

ли:

**х, сестричка, это ты?**

(хлопает кончиками больших пальцев)

**а, да, да!**

(хлопает кончиками безымянных пальцев)

**едушка, а это ты?**

ли:

**абушка, а это ты?**

(хлопает кончиками больших пальцев)

**а, да, да!**

(хлопает кончиками мизинцев)

**се мы вместе, да, да, да!**

(хлопает в ладоши)

## **1. оя семья.**

Игоговаривая слова, поочередно пальчики можно разгибать, а можно, наоборот, сгибать, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком.

**тот пальчик ДЕДУШКА.**

(сгибает /разгибает/ большой пальчик)

**тот пальчик БАБУШКА.**

(сгибает /разгибает/ указательный пальчик)

**тот пальчик ПАПОЧКА.**

(сгибает /разгибает/ средний пальчик)

**тот пальчик МАМОЧКА.**

(сгибает /разгибает/ безымянный пальчик)

**тот пальчик Я.**

(сгибает /разгибает/ мизинчик пальчик)

**от и вся моя семья!**

(поднимает левую ручку и распрямляет все пальчики)

Помимо игрового момента, в этой забаве очень много положительных черт:

1. развивается моторика ручки – сгибаются и разгибаются пальчики; развивается

2. память – нужно же запомнить кто есть кто и кто за кем; развивается речь –

3. последние слова фраз ребенок может говорить сам.

## **1. альчик-пальчик.**

(Пальцы сжаты в кулачок)

**Мальчик-пальчик,**

**где ты был?**

(разгибается большой палец)

**С этим братцем в лес ходил,**

(разгибается указательный)

**этим братцем щи варил,**

(разгибается средний)

**этим братцем кашу ел,**

С этим братцем песни пел.

(разгибает /мизинчик/)

**Пальчик для запоминания названий пальчиков.**

**Палец за Палец Толстый и Большой**

**пальцами пошел.**

(загибает /разгибает/ большой пальчик)

**указательный с порога**

**казал ему дорогу.**

(загибает /разгибает/ указательный пальчик)

**Палец Средний - самый меткий,**

**он снимает сливы с ветки.**

(загибает /разгибает/ средний пальчик)

**безымянный поедает,**

(загибает /разгибает/ безымянный пальчик)

**Мизинчик-господинчик**

**землю косточки сажает.**

(загибает /разгибает/ мизинчик пальчик)

**Пальчун.**

**Маша Маша варила кашу**

**кашу сварила, малышей кормила.**

(на первые две строчки чертить круговые линии на ладошке малыша)

**тому дала, этому дала,**

**тому дала, этому дала,**

(на следующие 2 строчки загибать пальцы с проговариванием соответствующих слов)

**этому - не дала.**

**он много шалил,**

**тарелку разбил.**

(по словам последней строчки пальцами другой руки брать мизинчик и слегка

покачивать)

**Пальчочка.**

(по мотивам народной песенки)

**идит белка на тележке,**

**роздаёт свои орешки;**

**мышке-сестричке,**

**воробью, синичке,**

**кошке-косолапому,**

**коту усатому.**

(поочередно разгибать все пальцы, начиная с большого)

**Пальчики грибов.**

**один, два, три, четыре, пять,**

**мы идём грибы искать!**

**тот пальчик в лес пошёл,**

**тот пальчик гриб нашёл.**

**тот пальчик чистить стал.**

**тот пальчик жарить стал,**

**тот пальчик всё съел,**

(попеременно сгибать пальцы, начиная с мизинца)

### Пальчики.

аз, два, три, четыре, пять,  
ышли пальчики гулять!  
аз, два, три, четыре, пять,  
домик спрятались опять.

поочерёдно разгибать все пальцы, начиная с мизинца, затем сгибать их в том же порядке)

### Сенные листья.

аз, два, три, четыре, пять,  
агибать пальцы, начиная с большого)  
удем листья собирать.  
жимать и разжимать кулачки)  
истья берёзы, листья рябины,  
агибать пальчики, начиная с большого)  
истья тополя, листья осины,  
истики дуба мы соберём.

### Игрушки

еть игрушки у меня.  
еть игрушки у меня:  
лопать в ладоши)  
аровоз и два коня,  
еребристый самолёт,  
ри ракеты, вездеход,  
амосвал,  
одъёмный кран.  
агибать поочерёдно пальчики)

### Прим кашу.

ертим пальцем круги по ладошке. Имя можно заменить на имя вашего ребёнка)  
астя кашу варила,  
еток кормила.

агибаем пальцы по одному, начиная с мизинца)  
тому дала,  
тому дала,  
тому дала,  
тому дала,  
одёргать большой палец)  
этому не дала.

Разгибаем пальцы по одному. Здесь можно придумывать свои причины, по которым последний пальчик не получил каши)

он сено не косил,  
орову не доил,  
есто не месил,  
печку не топил.

(Ритмично сгибать и разгибать пальцы. Усложнение: поочередное сгибание пальчика на обеих руках.)

**Пальчики играли**

головки убирали.  
от так, вот так,  
головки убирали.

**Улей.**

Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели)  
от маленький улей, где пчелы спрятались,  
никто их не увидит.  
от они показались из улья.  
одна, две, три, четыре, пять!  
зззз!

**Черепаха.**

Руки сжаты в кулаки, большие пальцы внутри. Затем показать большие пальцы и спрятать их обратно.)  
от моя черепаха, она живет в панцире.  
она очень любит свой дом.  
огда она хочет есть, то высовывает голову.  
огда хочет спать, то прячет её обратно.

**Мы рисовали.**

Главное поднять руки перед собой, встряхивать кистями.)  
Мы сегодня рисовали,  
наши пальчики устали.  
наши пальчики встряхнем,  
рисовать опять начнем.

**Капустка.**

Движения прямыми ладонями вверхвниз, поочередное поглаживание подушечек пальцев, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки.)  
Мы капустку рубим-рубим,  
Мы капустку солим-солим,  
Мы капустку трём-трём,  
Мы капустку жмём-жмём.

**Пять пальцев.**

Ритмично сжимать и разжимать кулачки. На счет - поочередно загибать пальчики на обеих руках.)  
на моей руке пять пальцев,  
пять хватальцев, пять держальцев.  
тоб строгать и чтоб пилить,  
тобы брать и чтоб дарить.  
их не трудно сосчитать:  
один, два, три, четыре, пять!

**Повстречались.**

(На каждую строчку соединять поочередно пальцы правой и левой рук, начиная с

указного. На последнюю строчку показать согнутые указательные пальчики и мизинцы.)

**овстречались два котенка: "Мяумяу!",  
ва щенка: "Авав!",  
ва жеребенка: Игого!",  
ва тигренка: "Ррр!"  
ва быка: "Муу!".  
мотри, какие рога.**

### **Лодочка.**

На первые строчки две ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками. На слова "паруса подниму" - поднять выпрямленные ладони вверх. Затем имитировать движения волн и рыбок.)

**ве ладошки прижму  
по морю поплыву.  
ве ладошки, друзья, -  
то лодочка моя.  
аруса подниму,  
иним морем поплыву.  
по бурным волнам  
львут рыбки тут и там.**

### **Рыбки.**

Имитировать руками движения рыбок в соответствии с текстом.)

**ыбки весело резвятся  
чистой тепленькой воде.  
о сожмутся, разожмутся,  
о зароятся в песке.**

### **Посуда.**

Передование хлопков в ладоши и ударов кулачков друг о друга.)

**аз, два, три, четыре,  
Одна ладонь скользит по другой по кругу.)  
Ы посуду перемыли:  
Разгибать пальчики по одному, начиная с большого.)**

**айник, чашку, ковшик, ложку  
большую поварёшку.  
Одна ладонь скользит по другой.)  
Ы посуду перемыли,  
Разгибать пальчики по одному, начиная с большого.)  
олько чашку мы разбили,  
овшик тоже развалился,  
ос у чайника отбился.  
ожку мы чуть-чуть сломали.  
Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши.)  
ак мы маме помогали.**

### **Дружба.**

Обхватить правой ладонью левую и покачивать в ритме стихотворения.)

(Обхватить левую ладонь правой и покачивать в ритме стихотворения.)

~~Маме с папой подпрыгивать. Маме с папой подпрыгивать.~~

Соединить пальчики обеих рук, начиная с большого. Затем соединять, начиная с мизинца.)

Один, два, три, четыре, пять.

Пять, четыре, три, два, один.

### Зимняя прогулка.

Загибаем пальчики по одному)

Один, два, три, четыре, пять

"Идём" по столу указательным и средним пальчиками)

Мы во двор пришли гулять.

"Лепим" комочек двумя ладонями)

Бабу снежную лепили,

Крошачные движения всеми пальцами)

Птичек крошками кормили,

Звёзд указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)

Горки мы потом катались,

Сладём ладошки на стол то одной стороной, то другой)

Ещё в снегу валялись.

Отряхиваем ладошки)

Все в снегу домой пришли.

Движения воображаемой ложкой, руки под щёки)

Пьели суп и спать легли.

### Паучок.

Руки скрещены. Пальцы каждой руки "бегут" по предплечью, а затем по плечу другой руки.)

Паучок ходил по ветке,

За ним ходили детки.

Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение - дождик.)

Дождик с неба вдруг полил,

Захлопок ладонями по столу/коленям.)

Паучков на землю смыл.

Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками - солнышко светит.)

Солнце стало пригревать,

Делаем движения такие же, как и в самом начале.)

Паучок ползёт опять,

"Паучки" ползают по голове.)

За ним ползут все детки,

Чтобы погулять на ветке.

### Берёза.

Главное движение правой рукой в сторону-вверх)

Берёза моя, берёзонька.

То же, но левой рукой)

Берёза моя кудрявая.

Подъём рук вверх, вдох)

Тоишь ты, берёзонька,

**Посредь долинушки,**

**(подъём рук, вдох)**

**а тебе, берёзонька,**

**Опустить руки, выдох)**

**истья зелёные,**

**Одъём рук, вдох)**

**од тобой, берёзонька,**

**Опустить руки, выдох)**

**рава шёлковая,**

**Одъём рук, вдох)**

**округ тебя, берёзонька,**

**Опустить руки, длительный выдох)**

**евицы красные**

**енки вяют, плетут...**

## **Лабки.**

**Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем волнообразные движения в воздухе.)**

**ять маленьких рыбок играли в реке,**

**Руки прижаты друг к другу. Переворачиваем их с боку на бок.)**

**ежало большое бревно на песке,**

**Ладони сомкнуты и чуть округлены. Выполняем ими "ныряющее" движение.)**

**рыбка сказала: "Нырять здесь легко!"**

**Сачаем сомкнутыми ладонями (отрицательный жест).)**

**торая сказала: "Ведь здесь глубоко."**

**Ладони поворачиваются на тыльную сторону одной из рук – рыбка спит.)**

**третья сказала: "Мне хочется спать!"**

**ыстро качаем ладонями – дрожь.)**

**етвёртая стала чуть-чуть замерзать.**

**апястья соединены. Ладони раскрываются и соединяются – рот.)**

**пятая крикнула: "Здесь крокодил!"**

**ыстрые волнообразные движения сомкнутыми ладонями – уплывают.)**

**ыливите отсюда, чтоб не проглотил!"**