

План образовательной деятельности с детьми в подготовительной к школе «Б» группы общеразвивающей направленности

Воспитатель: Захарова Жанна Николаевна.

Тема недели: «Космонавтом стать хочу! Скоро в космос полечу!» с 08 по 12 апреля 2019 г

Цель: закрепление знаний детей о том, что 12 апреля – День Космонавтики; первым космонавтом был гражданин России Ю.Гагарине.

Формирование представлений о том, что полёт человека в космос – это плод труда многих людей: учёных-конструкторов, механиков, врачей.

Развитие воображения, речевой активности, эстетического восприятия, формирование образных представлений. Развитие логического мышления при решении проблемных ситуаций. Воспитание культурно-гигиенические навыков, уважения к труду взрослых, любви к природе, желания заботиться о ней. Формирование умения сообща делать общее дело.

Задачи:

Образовательные

Пробудить интерес детей, вызвать желание узнать новое об исследованиях космоса, о затем воплотить полученные знания в игре; расширить знания детей об исследованиях космоса, о специфических условиях труда исследователей; в игре использовать различные виды конструктора, предметы заместители; развивать воображение и познавательную сферу.

Развивающие: развивать речевую активность детей, воображение, любознательность, зрительное восприятие и мелкую моторику рук детей.

Воспитательные

воспитывать чувство патриотизма и гордости за достижения наших космонавтов в освоении космоса, Формировать у детей интерес к ознакомлению с окружающим, с космосом, с ролью человека в освоении космоса.

Итоговое мероприятие: сюжетно-ролевая игра «Мы космические туристы», выставка детского творчества из бросового материала «Ракета».

Условные обозначения: п/с – программное содержание; п/р – планируемый результат; П.И. – подвижная игра, ФЭМП – формирование элементарных математических представлений. Приложения (игры, наблюдения, гимнастика)

Пальчиковая гимнастика

Светит Солнце, а вокруг
есть планеты, девять штук.

Вам планеты по порядку

Перечислю я сейчас...

- Раз! Меркурий,

- Два! Венера,

- Три! Земля,

- Четвёртый – Марс.

- Пять! Юпитер,

- Шесть! Сатурн,

- Семь! Уран,

- Восьмой – Нептун.

Номер «девять» звать Плутон,

Тот, кто лишний – выйди вон

Содержание образовательной деятельности

Дата, день недели	Совместная деятельность взрослого и ребенка		Самостоятельная деятельность детей (Организация развивающей среды) 3	Сотрудничество с семьей и другими социальными партнерами 4
	ОД 1	в режимных моментах 2		
08.04 понедельник	<p>Познавательное – исследовательская д-ть</p> <p><i>Игровая проблемная ситуация: «На космическом корабле объявлена тревога, потому что» Опыт: «Как увидеть воздух?»</i></p> <p>п/с: вовлечение детей в элементарную исследовательскую деятельность по изучению качеств и свойств неживой природы. Закрепить, что первым космонавтом был гражданин России Юрий Гагарин, что полёт человека в космос – это плод труда многих людей: учёных-конструкторов, механиков, врачей.</p> <p>п/р: дети проявляют любознательность, выстраивают предположения, делают выводы.</p> <p>Музыкальная деятельность «Трава у дома» Цель: формирование эмоционального отношения к музыкальным произведениям</p>	<p>Утренний сбор: введение в тему недели Свободное общение на тему: «Что можно увидеть в телескоп?», «Кого берут в космонавты?» <i>Рассматривание иллюстраций по теме недели.</i></p> <p>цель: речевое и познавательное стимулирование.</p> <p>Индивидуальная работа; повторить последовательность времен года.</p> <p>Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку: продолжить формирование к.г.н. (самостоятельно умыться, мыть руки с мылом перед едой, вытирать руки и лицо насухо).</p> <p>Дневная прогулка.</p> <p>1. Наблюдения за облаками. Цель: развивать творческое воображение (на что похоже облако?)</p> <p>2. Труд: уборка на веранде. Цели: приучать соблюдать чистоту и порядок на участке, побуждать оказывать помощь взрослым.</p> <p>3. Подвижная игра «На небе, в воздухе, на земле» Цель: развивать быстроту движений</p> <p>4. Экспериментирование с летающей тарелкой Индивидуальная работа: Рассматривание и обсуждение сюжетных картинок. Обсуждение отдельных эпизодов сказки «Незнайка на Луне». Цель: Обогащать словарный запас, развивать грамматический строй речи.</p> <p>Игры по выбору детей. Подготовка к обеду: дежурство, формирование к.г.н. Подготовка ко сну: слушание русских народных колыбельных. Гимнастика после сна (в постели) Хожение по массажным дорожкам. Сюжетно-ролевая игра « Строители космодрома» Цель: учить выполнять игровые действия в соответствии с</p>	<p>Новый материал в центрах детской активности: Центр изобразительного искусства: Раскраски по теме недели, краски, цветная бумага, картонные втулки</p> <p>Центр науки и экспериментирования: модель солнечной системы</p> <p>атрибуты для экспериментирования.</p> <p>Центр строительно-конструктивных игр разные виды конструктора, пополнение картотеки схемами для построек ракеты, чертежи космических кораблей)</p> <p>Центр сенсорно-математических игр игры на формирование мелкой моторики. дидактические игры: «Космические корабли», «Разрезные картинки», «Сложи ракету», д/и математическая ракета</p>	<p>Знакомство родителей с темой недели, определение мест включения родителей в реализацию темы.</p> <p>Размещение в родительском уголке</p>

	о космосе.	<p>игровым замыслом, обыгрывать предлагаемые воспитателем ситуации в роли строителей.</p> <p>Вечер Деятельность детей в центрах детской активности: 1.Художественная мастерская «Маленький дизайнер». Предложить детям дизайн скафандра из конфетных фантиков. 2. Игровой тренинг «Ящик ощущений» 3.Уроки вежливости «Я по кругу иду, в гости всех к себе зову» Вечерний круг: обсуждение – что произошло за день? Как прошел мой день? Прогулка вечерняя. 1.Игры с выносным материалом, самостоятельная деятельность по выбору детей. Цель: развивать у детей желание играть самостоятельно. 2. Рисование на мольберте мелками. Цель: Вызвать интерес рисования мелом. 4.Беседа «Апрельская капель». Цель: развития умения замечать изменения в природе.(становится теплее, день стал длиннее, вечером и утром светло, снег на участке почти растаял).</p>	<p>Выносной материал на улицу: мольберт , мелки, лопатки, грабли, ведра, летающая тарелка.</p>	<p>информационно - иллюстративного материала по экологическому воспитанию (апрель).</p>
<p>09.04 вторник</p>	<p>Познавательная деятельность (ФЭМП): Тема: «Космический счет» п/с: формировать представление о вычитании как об удалении части из целого, о записи вычитания с помощью знака «-» Тренировать мыслительные операции- анализ, сравнение, обобщение, абстрагирование ,развивать внимание, память, речь, воображение, логическое мышление, творческие способности , инициативность. п/р: дети имеют</p>	<p><i>Игры в центре двигательной активности:</i> кольцебросы, скакалки Утренний сбор: планирование дня. <i>Рассматривание вида Земли из космоса, планет солнечной системы, фотографий работающих космонавтов, космических установок</i> Утренняя гимнастика. <i>Подготовка к завтраку, дежурство, подготовка к занятиям.</i> Дневная прогулка: 1.Наблюдение за деревьями Цель: <i>расширять знания о деревьях (строение,название частей), развивать умение анализировать, сравнивать, делать выводы.</i> 2.Трудовая деятельность: перекапывание песка в песочнице. Цель: продолжать воспитывать желание участвовать в труде. 3.Сюжетно-ролевая игра по желанию детей. Цель: Развивать умение самостоятельно организовывать игры, подбирать подходящие атрибуты. Индивидуальная работа. <i>Игровое упражнение</i></p>	<p>Новый материал в центрах детской активности: Центр развития речи: Книги «Звёздный путь», В.Калашников «О звёздах и планетах», детская энциклопедия «Космос» Альбомы: «Герои-космонавты», журналы, Иллюстрации. Строительно-конструктивный центр: мягкий, деревянный, пластиковый конструктор, небольшие игрушки для обыгрывания построек (фигурки космонавтов,</p>	<p>Внести иллюстрации для уголка ОБЖ «Осторожно, злая собака» Беседа «Почему нельзя трогать чужую собаку» Рекомендации и для родителей по воспитанию осторожного обращения с животными</p>

	<p>представление об отношении целого и части. Самостоятельны, активны при выполнении задания. Экспериментирование с глобусом: «Освещение участков Земли» Цель: формирование картины мира (показать способ вращения глобуса вокруг своей оси)</p>	<p><i>«Невесомость»</i> Цель: Учить детей держать равновесие, внимательно слушать текст, воспринимать инструкцию. Обед, подготовка ко сну. Игра «Самый аккуратный» Цель: учить детей аккуратно складывать вещи, при раздевании перед сном побуждать снимать платье или рубашку, затем обувь, колготки, вешать одежду на стул. Слушание русских народных сказок, сон. Пробуждение, гимнастика после сна (в постели). Закаливание Самостоятельные занятия детей в центрах активности по выбору: 1.Пальчиковая гимнастика: На Луне жил звездочет. 2.Игры с переодеванием «Мы космонавты» Цель: развивать фантазию. 3.Игровая ситуация: «Вежливая просьба» Цель: знакомство детей с формами выражения просьбы, адресованными старшему незнакомому, старшему близкому, а также ровеснику в разных ситуациях: дома, на улице, в общественных местах. Вечерний круг: обсуждение – что произошло за день? Как прошел мой день? Вечерняя прогулка: 1.Подвижная игра «Перебежки-догонялки» Цель: согласовывать свои действия с действиями товарищей. 2.Наблюдение за погодой, учить замечать, что день стал длиннее, темнеет позже. 3. Самостоятельные игры по выбору детей.</p>	<p>инопланетян) разные виды конструктора, пополнение картотеки схемами для построек ракеты, чертежи космических кораблей). <i>Центр изобразительного искусства:</i> разные виды бумаги, шаблоны, аппликационные заготовки. <i>Центр сенсорно-математических игр</i> Дидактическая игра «Сложи узор», «Угадай по силуэту». Мозаика. Выносной материал: лопатки. Формочки, ведра, мячи, мольберт.</p>	<p>Рекомендации по чтению дома. Книжки из дома для выставки книг по теме</p>
<p>10.04 среда</p>	<p>Коммуникативная деятельность «Профессия космонавт» п/с: уточнить представление детей о профессии космонавт посредством составления рассказа с использованием мнемотаблицы. Формировать навык самооценки и самоконтроля. п/р: ребенок может построить связный рассказ</p>	<p>Прием детей на улице. Самостоятельные игры детей со спортивным инвентарем. 1.Утренний сбор: обсуждение набора дел на первую половину дня. Беседа «О мифах происхождения Земли» Рассматривание вида Земли из космоса, Поиск ответов на вопросы детей в детской иллюстрированной энциклопедии. Пальчиковая гимнастика «Спрятали ладошки...». Цель: Учить детей соотносить слова с действиями, развивать мелкую моторику, развитие мелкой моторики, вспомнить названия планет. Подготовка к завтраку: Дежурство. Закреплять умение правильно пользоваться салфеткой по мере необходимости,</p>	<p>Новый материал в центрах детской активности: <i>Центр развития речи:</i> Книги А.Леонов «Я выхожу в космос», Б.Михайлов «Как Мишутка в космос летал», «Моя первая энциклопедия», журналы, Иллюстрации. <i>Строительно-конструктивный центр</i> Мягкий, деревянный,</p>	<p>Предложить родителям маршрут выходного дня – посещение планетария</p>

<p>по опорной схеме. Экспериментальная деятельность с глобусом Цель: показать зависимость освещенности участков глобуса от падения солнечного света</p> <p>Изобразительная деятельность (рисование) Рисование. «Лунный пейзаж» п/с: закреплять навыки создания фона с помощью рисования «по-сырому». Закреплять навыки работы гуашевыми красками по цветному фону; умение рисовать одним цветом по другому по мере высыхания. Развивать умение дополнять рисунок интересными и необходимыми деталями. Учить передавать в рисунке детали строения космического корабля, лунохода, роботов</p> <p>Двигательная деятельность (на прогулке). Эстафета для двух команд: «Полоса препятствий» Цель: Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя, развивая координацию движений; в равновесии. Ходьба в колонне по одному с</p>	<p>Подготовка к занятиям. Артикуляционная гимнастика: «Покорители космоса».; «Полёт на Луну» Цель: развитие дыхательного аппарата.</p> <p>Прогулка: 1. Наблюдение за птицами. Цель: познакомить с жизнью птиц весной; воспитывать любовь и заботливое отношение к пернатым. 2. Коллективная трудовая деятельность - уборка на участке. Цели: учить пользоваться граблями (детский инвентарь); воспитывать бережное отношение к природе; закреплять умение трудиться в коллективе. 3. Игры малой и средней подвижности Подвижные игры «Перелет птиц» Цель: упражнять в лазании. «Кто ушел?» Цель: развивать внимание. 4. Самостоятельная деятельность: игровые ситуации по формированию коммуникативных навыков: «Нос к носу» Цель: Создания положительного настроения и внимательного отношения друг к другу. Игры-фантазии «Мы в космосе» Цель: развивать воображение.</p> <p>Подготовка к обеду, дежурство, подготовка ко сну. Слушание русских народных сказок, сон. Пробуждение, гимнастика после сна: «Усталые ножки Шли по дорожке». Способствовать умению детей самостоятельно заправлять кровать. Самостоятельные занятия детей в центрах активности по выбору: 1. «Волшебная трубочка». Рассматривание узоров в калейдоскопах. Эксперименты. 2. «Занимательные пуговицы» - учить застегивать, расстегивать пуговицы, составлять из пуговиц узор по образцу. 3. Сюжетно-ролевая игра: «Космонавты». Цель: Учить детей играть по ролям, развивать диалогическую речь, логическое мышление при решении проблемных ситуаций,</p>	<p>пластиковый конструктор, небольшие игрушки для обыгрывания построек (фигурки космонавтов, инопланетян) разные виды конструктора, пополнение картотеки схемами для построек ракеты, чертежи космических кораблей).</p> <p><i>Центр сенсорно-математических игр</i> Дидактическая игра «Сложи узор», «Угадай по силуэту». «Построй ракету». Мозаика.</p> <p><i>Выносной материал:</i> <i>лопатки:</i> мелки, мольберт, коробки разной величины, обручи, кегли, коробки различной величины, маски для игр.</p>	
---	--	--	--

	выполнением задания, бег в колонне по одному.	воображение. 4. Художественная мастерская «Маленький дизайнер» (предложить детям самим изготовить из камней космические кометы и метеориты, путем обертывания фольгой, раскрашиванием) Прогулка: 1. Подвижная игра «Готовимся в космонавты...». Цель: развивать двигательную активность детей. 2. Игры по выбору детей с выносным материалом. 3. Индивидуальная работа по развитию движений. Вечерний круг: обсуждение – что произошло за день? Как прошел мой день? Постепенный уход домой.		
11.04 четверг	Восприятие художественной литературы и фольклора, беседа о прочитанном. Чтение «Тайна третьей планеты» К.Булычёв. п/с вызвать интерес к космическому пространству, развивать воображение, фантазию, воспитывать гордость за свою страну, воспитание отношения к себе, как к жителю планеты Земля. Двигательная деятельность «Полоса препятствий» п/с: упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя, развивая координацию движений; в равновесии. Познавательная деятельность (ФЭМП) Тема: Математические ракеты п/с: формировать представление о сложении в	Прием детей на улице Утренний сбор: обсуждение набора дел на первую половину дня. Рассказ воспитателя о профессии инженера-конструктора космического корабля. Отработка правил поведения в экстремальных условиях. Пальчиковая гимнастика «Космонавты...» Цель: развивать артикулярный аппарат, речь, память, внимание, умение правильно соотносить движение пальцев и рук со словами. Подготовка к завтраку: Дежурство. Закреплять навыки этикета за столом. Прогулка: наблюдение за весенней погодой. Цель: продолжать знакомить детей с сезонными изменениями в природе, одежде людей. П/И. «Кто вперед». Цель: развивать умение действовать по сигналу, наблюдательность. Упражнять в беге. «Найди, где спрятано». Цель: учить ориентироваться в пространстве Игровые ситуации по формированию коммуникативных навыков: «Слепец и поводырь» Цель: Развить умение доверять, помогать и поддерживать товарищей по общению. Игры-фантазии «Мы инопланетяне» Цель: развивать воображение. Подготовка к обеду, дежурство, подготовка ко сну Слушание русских народных сказок, сон. Пробуждение, гимнастика после сна в постели Закаливание	Новый материал в центрах детской активности: <i>Обеспечить условия - для самостоятельной работы детей предложить ножницы для развития навыков вырезывания</i> <i>Набор раскрасок на тему «Космос»</i> <i>Центр развития речи:</i> Книжки «Почемучка», Н.Носов «Незнайка на луне» <i>Центр сенсорно-математических игр</i> Упражнение «Сложи картинку из геометрических фигур» (блоки Дьенеша) <i>Центр театрализации</i> Внести шлемы космонавтов, скафандры, маски инопланетян для обыгрывания ситуации. <i>Центр изобразительного искусства:</i> шаблоны силуэты космонавтов, инопланетян, ракет,	Поговорить с родителями о самочувствии детей. Индивидуальные беседы и консультации по запросам родителей Попросить родителей изготовить атрибуты для сюжетно-ролевых игр «Космическое путешествие», «Полёт на луну» Оповещение родителей об итоговом мероприятии.

	<p>пределах 10. Тренировать мыслительные операции-анализ, сравнение, обобщение, абстрагирование ,развивать внимание, память, речь, воображение, логическое мышление, творческие способности , инициативность.</p> <p>п/р: дети умеют выполнять действия на сложение в пределах 10. Самостоятельны, активны при выполнении задания.</p> <p>Продолжать учить самостоятельно составлять и решать задач на сложении в пределах 10.</p> <p>Упражнять в умении ориентироваться на листе бумаги в клетку..</p> <p>Учить "Читать" графическую информацию.</p> <p>(пальчиковая гимнастика)</p>	<p>Самостоятельные занятия детей в центрах активности по выбору:</p> <p>1.Д.И. «Назови планеты»</p> <p>Цель: Развивать память, внимание, наблюдательность</p> <p>2.Индивидуальная работа К.Г.Н. «Расческа» - закрепить навык использования предметом индивидуальной гигиены</p> <p>3.Игра «Заколдованные предметы» Цель: закреплять навыки порядкового счёта</p> <p>Самостоятельные игры детей в центрах детской активности.</p> <p>Цель: Учить детей взаимодействовать друг с другом, согласовывать свои действия с определенными правилами.</p> <p>Вечерний руг: обсуждение – что произошло за день? Как прошел мой день?</p> <p>Игра-забава «Выдувание мыльных пузырей».</p> <p>Постепенный уход домой.</p> <p>Вечерняя прогулка:</p> <p>П.И. «Займи место» — упражнять детей в ловкости, смелости, беге.</p>	<p>космических кораблей.</p> <p>Выносной материал: корм для птиц, куклы, одетые по погоде, маски-эмблемы, мыльные пузыри.</p>	
<p>12.04 пятница</p>	<p>Изобразительная деятельность (лепка)</p> <p>Тема: «Космические пришельцы»</p> <p>П/С: Вызвать интерес к созданию зеленого человечка. Инициировать самостоятельный поиск средств и приёмов изображения (скручивание и свивание удлинённых наложение одного цветового слоя на другой).</p> <p>Познакомить со способом смешивания цветов пластилина, пластилиновой</p>	<p>Прием детей на улице</p> <p>1.Утренний сбор: обсуждение набора дел на первую половину дня.</p> <p>Утреннее приветствие: «Здравствуй планета Земля»</p> <p>Цель: создать положительный настрой.</p> <p>Беседа: «Что едят космонавты?» Расширять кругозор; познакомить детей с космическими продуктами.</p> <p>Д/игра «Собери картинку» Развивать воображение, логическое мышление, память, внимание, диалогическую речь.</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Чтобы не болеть, не простужаться...». Цель: развивать память, внимание, моторику, артикулярные аппарат, учить правильно проговаривать слова.</p> <p>Подготовка к завтраку: Дежурство. Повторить правила поведения за столом.</p> <p>Подготовка к занятиям</p>	<p>Новый материал в центрах детской активности:</p> <p>Создать детям условия в группе для развития интереса к работе с пластилином.</p> <p><i>Центр развития речи:</i> Книги «Почемучка», Н.Носов «Незнайка на луне»</p> <p><i>Центр сенсорно-математических игр</i> Упражнение «Сложи картинку из геометрических фигур» (блоки)</p>	<p>Фотоотчет «Жизнь группы» за неделю</p> <p>Оповещение родителей о предстоящей теме недели.</p> <p>Консультация «Гуляем в любую погоду»</p>

<p>растяжкой. Развивать чувство формы и композиции, развивать детское творчество, приобщать детей к изобразительному искусству. Учить работать в группах.</p> <p>Музыкальная деятельность Музыкально-игровое творчество «Апрель» В. Суворовой. Цель: закреплять самостоятельное выполнение движений соответственно тексту.</p> <p>Опытно-экспериментальная деятельность «Почему все падает на землю»</p> <p>Чтение Г. Юрлин «Что внутри?». Издательство малыш. Рассказ «Счастливого пути, космонавты»</p> <p>Просмотр электронной презентации «Как человек космос осваивал» п/с: способствовать развитию любознательности, познавательной активности, повышению общей эрудиции детей.</p>	<p>Прогулка: .наблюдение за работой дворника Цели: - воспитывать уважение к труду; желание помогать взрослым. Создать игровую ситуацию «Помоги подмести дорожку». Цель: воспитывать желание помогать взрослым</p> <p>П/И «Ракета и звёзды...». Цель: Учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, приучать к соблюдению правил в игре.</p> <p>П/И «Найди, где спрятано». Цель: учить ориентироваться в пространстве.</p> <p>Самостоятельная деятельность: игровые ситуации по формированию коммуникативных навыков: «Замри» Цель: Развитие навыков волевой регуляции, умение подчиняться правилам.</p> <p>Сюжетно-ролевая: игра «Космонавты на зарядке». Цель: Учить детей выбирать себе роль, играть по ролям; развивать диалогическую речь, соблюдать правила безопасности.. Подготовка к обеду, дежурство, подготовка ко сну. Слушание русских народных сказок, сон. Пробуждение, гимнастика после сна (в постели) Закаливание.</p> <p>Итоговое мероприятие: сюжетно-ролевая игра «Мы космические туристы» Цель: формирование навыков сюжетно-ролевой игры, закрепление в игре представлений по теме недели.</p> <p>Предложить детям оформить выставку детского творчества «Ракета»</p> <p>Вечерняя прогулка: П/и «День-ночь». Цель: учить бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. Создать хорошее настроение.</p> <p>Самостоятельная деятельность детей.</p> <p>Вечерний сбор и рефлексия дня, обсуждение – что произошло за день, как прошел мой день. Индивидуальная работа по развитию движений: «Прыгни дальше». Цель: продолжать учить прыгать в длину с разбега.</p> <p>Вечер: Предложить детям вымыть пластмассовые игрушки, и расставить аккуратно на полочки. Цель: воспитывать желание</p>	<p>- Совершенствование зрительного восприятия, игры на формирование мелкой моторики.</p> <p><i>Центр театрализации</i> Внести шлемы космонавтов, скафандры, маски инопланетян для обыгрывания ситуации «Я выхожу в космос».</p> <p><i>Центр изобразительного искусства</i> Выложить бумагу, карандаши, фломастеры, мелки восковые, краски , шаблоны силуэты космонавтов, инопланетян, ракет, космических кораблей.</p> <p><i>Выносной материал:</i> Корм для птиц, куклы, одетые по погоде, маски-эмблемы, совочки, машинки, мыльные пузыри.</p>	
---	---	--	--

		помогать взрослым, приучать к совместному труду. Постепенный уход домой.		
--	--	---	--	--

Комплекс № 1

Утренняя гимнастика

На ракете, на ракете

В дальний космос полетим.

(Дети ходят на носках, руки на поясе).

Мы узнаем все на свете,

Если только захотим!

(Ходят приставным шагом, руки на поясе.)

Мы откроем все планеты

И весь космос покорим.

(Ходят, высоко поднимая колени, руки в стороны).

Разгадаем все секреты

И обратно прилетим.

(Ходят с опорой на ладони и стопы.

«Бег».)

Гимнастика после сна (в постели) № 1

- И.п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища.

1- Прижать подбородок к груди (не поднимая головы), носки потянуть на себя; 2- и.п. (3-4 раз)

- И.п.- лёжа на животе, руки - вверх, голова опирается лбом, пятки вместе, носки оттянуты.

1- потянуться головой и руками в одну сторону, ногами в противоположную; 2- И.п. (3-4 раз)

- Игра «Зима и лето» И.п.: лёжа на спине. На сигнал

«Зима»- дети должны свернуться в клубок, изображая, что им холодно.

На сигнал «Лето!» - раскрываются, расслабляются.

Пробуждение, гимнастика после сна: «Усталые ножки

Шли по дорожке». № 2

- (Сидя на стуле, поднимать и опускать носки ног, не отрывая пяток от пола. (6-8- раз)

«На камушек мы сели,

Сели, посидели».

(Погладить мышцы ног и ступни)

«Ножки отдыхают,

Мышцы расслабляют», закаливание

Пальчиковая гимнастика: На Луне жил звездочет.

Он планетам вел учет:

Раз – Меркурий,

Два – Венера,

Три – Земля,

Четыре – Марс,

Пять – Юпитер,
Шесть – Сатурн,
Семь – Уран,
Восьмой – Нептун.

Артикуляционная гимнастика:

«Покорители космоса».

«Полёт на Луну» - на выдохе звук «а», медленно поднимая левую руку вверх, достигая Луны, медленно опустить.

«Полёт на Солнце» - на выдохе звук «о» громче и длиннее. Достигаем Солнца и возвращаемся.

«Полёт к инопланетянам» - на выдохе звук «и» нарастает по высоте и громкости. Цель: развитие дыхательного аппарата.

Артикуляционная гимнастика: Наша доченька проснулась – кулачками трем глаза

Ручкой вправо потянулась – поглаживают лоб от середины к ушам

Ручкой влево потянулась – поглаживают брови

Солнцу нежно улыбнулась – гладят от уголков рта к ушам.

А потом ладошкой пошлепала немножко – хлопают себя по щекам.

Ай да, доченька, краса! До чего же хороша! – хлопают в ладоши