

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Баграмовская средняя школа»**

РАССМОТРЕНО на заседании МО учителей начальных классов Руководитель МО  Л.С. Пятикова «30» августа 2022 Протокол № 1	СОГЛАСОВАНО с зам.директора по ВР  Т.И. Сенькина «31» августа 2022	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «Баграмовская СШ»  М.А.Никонова «01» 09 2022 Приказ № 147
---	--	---

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа социально-педагогической направленности

«У школьного порога»

Вид программы – модифицированная

Авторы программы: педагоги МБОУ «Баграмовская СШ»
Рыбновского муниципального района Рязанской области

Сюрина Нина Викторовна
Дудина Елена Сергеевна
Пятикова Людмила Сергеевна
Куликова Светлана Анатольевна
Кузнецова Ольга Геннадьевна
Паненкова Полина Германовна

Возраст детей: 5,6-6 лет

Срок реализации программы: 8 месяцев (октябрь-май)

д.Баграмово

Подготовка детей к школе по программе дополнительного образования социально-педагогической направленности «У школьного порога» является одной из форм работы с детьми в рамках преемственности на этапе «детский сад - начальная школа». Её появление и функционирование - результат социального заказа общества. Он определяется, с одной стороны, сохраняющимися высокими потребностями родителей, желающих подготовить детей к обучению в школе, поднять общий уровень их развития и уровень коммуникативных способностей, с другой стороны – необходимостью обеспечения МБОУ «Баграмовская СШ» контингентом учащихся, которые смогут успешно обучаться в ней.

Социальное самоопределение детей и развитие детской социальной инициативы является на современном этапе одной из главных задач, которая актуальна, прежде всего, потому, что сейчас на передний план выходит проблема воспитания личности, способной действовать универсально, владеющей культурой социального самоопределения. А для этого важно сформировать опыт проживания в социальной системе

Для того чтобы вчерашний дошкольник мог безболезненно включиться в новые для него отношения и новый (учебный) вид деятельности необходимы условия успешного вступления в школьную жизнь. В сложившейся ситуации появилась необходимость создания Программы, которая дает возможность подготовить детей к школе. Занятия с будущими первоклассниками позволяют им в дальнейшем успешно овладеть школьной программой и продолжить обучение.

Программа «У школьного порога» предназначена для подготовки к школе детей, которые не посещали (не посещают) дошкольное учреждение. Эта позиция определяет две важнейшие цели данной комплексной программы:

- *социальная цель* – укрепление и развитие эмоционально-положительного отношения ребенка к школе, желания учиться;

формирование социальных черт личности будущего первоклассника, необходимых для благополучной адаптации к школе.

- *педагогическая цель* – организация процесса обучения, воспитания и развития детей на этапе дошкольного образования с учетом потребностей и возможностей детей этого возраста;

Пояснительная записка

Одной из наиболее острых проблем современной школы является рост количества учащихся со школьной дезадаптацией уже в первом классе. Очень часто результатом неуспеваемости, школьных неврозов, повышенной тревожности является неподготовленность ребенка к обучению. Эти явления сохраняются и надолго закрепляются у детей, поступивших в школу.

Первый год обучения очень трудный для ребенка: меняется привычный уклад его жизни, он адаптируется к новым социальным условиям, новой деятельности, незнакомым взрослым и сверстникам. Более неблагоприятно адаптация протекает у детей с нарушениями физического и психологического здоровья, а также у тех ребятшек, которые не посещали детские дошкольные учреждения.

Наблюдения за первоклассниками показали, что социально-психологическая адаптация может проходить по-разному. Значительная часть детей (50-60%) адаптируется в течение первых двух-трех месяцев обучения. Это проявляется в том, что ребенок привыкает к коллективу, ближе узнает одноклассников, приобретает друзей. У детей, благополучно прошедших адаптацию, преобладает хорошее настроение, активное отношение к учебе, желание посещать школу, добросовестно выполнять требования учителя. Другим детям (30%) требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни. Они могут до конца первого полугодия предпочитать игровую деятельность учебной, не сразу выполняют требования учителя, часто выясняют отношения со сверстниками неадекватными методами (дерутся, капризничают, жалуются, плачут). У этих детей встречаются трудности в усвоении учебных программ.

В каждом классе есть примерно 14% детей, у которых к значительным трудностям учебной работы прибавляются трудности болезненной и длительной (до одного года) адаптации. Такие дети часто отличаются негативными формами поведения, устойчивыми отрицательными эмоциями, нежеланием учиться и посещать школу. Часто именно с этими детьми не хотят дружить, сотрудничать, что вызывает новую реакцию протеста: они

ведут себя вызывающе, задираются, мешают проводить урок. Поступление ребенка в школу является стартовой точкой нового этапа развития. Педагоги учитывают трудности адаптационного периода и заинтересованы в том, чтобы он прошел для детей менее болезненно. Ребенок должен быть готовым к новым формам сотрудничества со взрослыми и сверстниками, к изменению социальной ситуации развития, своего социального статуса.

Все вышеизложенное отрицательно сказывается на адаптации детей в школе, снижает их обучаемость в начальных классах.

В своём творческом поиске коллектив педагогов МБОУ «Баграмовская СШ» пришел к твёрдому убеждению: дошкола, как предметно - развивающее образовательное пространство, необходима для осуществления преемственности между дошкольным и начальным образованием. Стремительный рост информации, интенсификация обучения, увеличение нагрузки на маленьких учеников способствуют ухудшению их здоровья и росту «школьных» заболеваний. Это заставляет учителей и родителей искать такие варианты подготовки к школе, которые смогли бы обеспечить нормальный переход ребёнка в школьную среду, и хотя бы частично «разгрузить» его на первых, самых сложных этапах обучения в школе. В связи с этим возникла необходимость организации в ОО такой формы работы как подготовка детей 5 – 6 лет, не посещающих дошкольные учреждения, к школе.

Актуальность программы.

По данным обследования среди поступающих в школу 6,5-летних детей только 30% имеют «внутреннюю позицию школьника» - у остальных она отсутствует, примерно треть 7-летних первоклассников недостаточно готова к школе. Под психологической готовностью к школьному обучению понимается необходимый и достаточный для освоения школьной учебной программы в условиях обучения в коллективе сверстников уровень психического развития ребенка.

По этой причине необходимо не только учитывать, но и формировать готовность учащегося к школе.

Зачастую наблюдается несформированная внутренняя позиция школьника, низкий уровень произвольности, завышенная самооценка, интеллектуальная неготовность к обучению, недостатки развития речевой сферы, отсутствие мотивации.

Главное назначение подготовительного курса: выравнивание стартовых возможностей будущих школьников, чтобы при поступлении в школу у них не возникло стрессов, комплексов, которые могут отбить желание учиться на все последующие годы. Для реализации этого важно научить детей точно и ясно выражать свои мысли, раскрывать их творческие возможности, развить интерес и внимание к слову, к его эмоциональной окраске.

В ходе занятий прививается ответственное отношение к труду, развивается любознательность, инициативность, самостоятельность в поиске новых впечатлений, разных способов действия, ответов на возникающие вопросы, в решении проблемных ситуаций. Дети учатся выполнять правила поведения на уроке, приучаются контролировать свое поведение, подчинять правилам свои желания, действия, мысли. Эти качества являются необходимым условием как для успешного усвоения программного материала, так и продвижения детей в общем развитии, для дальнейшего обучения в школе по всем предметам.

Программа не предусматривает никаких условий отбора по способностям, является комплексной, включая в себя несколько направлений, которые объединены единой тематикой.

Основные отличия программы определяются следующими пунктами:

- Программа представляет большой объем знаний
- Использование технологий дифференцированного обучения, игровых заданий повышает мотивацию детей к занятиям, развивает познавательную активность
- Теоретический материал тесно связан с практическим его применением и преподается с опорой на житейский опыт учащихся

Практическая значимость;

Во время обучения по программе «У школьного порога» педагоги работают над формированием всех составных частей понятия «готовность к школе», это:

1. мотивация к обучению (желание идти в школу);
2. умения взаимодействовать со сверстниками, с учителем;
3. наличие познавательной потребности к сформированности «внутренней позиции школьника»;
4. умение действовать в соответствии с поставленными заданиями;
5. развитие интеллектуальных процессов;
6. развитие фонематического слуха, речи;
7. развитие мелкой моторики;
8. умение в темпе работать в течение всего занятия, успевать работать вместе с детьми группы.

Критерии оценки эффективности:

- Снижение уровня тревожности и психической защиты у первоклассников;
- Эмоциональное благополучие ребенка в классе;
- Развитие коммуникативных навыков и творческих способностей;
- Выработка учителем стратегий индивидуального (лично – ориентированного) подхода к учащимся;
- Включение родителей в образовательный процесс.

Цель и задачи образовательной программы.

Главная отличительная черта старшего дошкольника – формирование универсальных человеческих способностей, без которых не может состояться личность. Именно поэтому данный этап имеет необходимое значение для всего последующего развития человека. Отсюда возникает задача нового типа обучения дошкольников – развивающего, обеспечивающего максимальную включенность ребенка в практическую деятельность и ведущую к саморазвитию личности.

Поэтому **целью** организации подготовительных занятий к школе является создание образовательного пространства, которое способствовало бы общему развитию дошкольников и позволило бы им подняться до уровня готовности к обучению в школе.

Реализация этой цели требует выполнения определенных **задач**:

- целенаправленно развивать познавательные психические процессы (восприятие, представление, память, воображение, мышление, речь, внимание, волю, эмоции);
- развивать познавательную деятельность ребенка (активность, произвольность, самостоятельность, темп деятельности и умение контролировать ее результаты);
- развивать индивидуальные умственные и креативные способности детей;
- развивать устную речь дошкольников: расширять активный и пассивный словарный запас, развивать умения правильно употреблять грамматические формы, совершенствовать фонематический слух, умения различать особенности звукового состава русского языка;
- развивать координацию движений детей, мелкой мускулатуры кисти рук как одно из средств, непосредственно влияющих на рост интеллектуальных способностей ребенка;
- облегчить процесс адаптации ребенка в школе, оказать помощь родителям в подготовке его к обучению в первом классе;
- изучить и объективно определить степень готовности ребенка к школьному обучению.

Компетенции, формирующиеся на предшкольной ступени образования:

- *учебно-познавательные* - умение наблюдать, «слушать» и «слышать», смотреть и видеть, воспринимать и понимать речь взрослого, сверстников, воспринимать и понимать язык художественной литературы, умение следовать инструкции, умение умственной деятельности: обобщать, сравнивать, анализировать, классифицировать, умение принимать и ставить

учебную задачу, планировать свою деятельность, контролировать её ход, правильно оценивать её результаты;

- *информационные* – простейшие навыки приёма, переработки, выдачи информации, работы с носителями информации;
- *социально-трудовые* – первичные навыки самообслуживания, умение получать радость от общения, оценивание своей деятельности и поведения
- *общекультурные* - знания и опыт сохранения здоровья и безопасности жизнедеятельности человека, навыки конструктивного общения, умения взаимодействовать со сверстниками

Личностные, метапредметные результаты (предпосылки к их достижению) освоения программы.

В результате занятий по программе «Школа будущего первоклассника» у старшего дошкольника сформируются следующие предпосылки для достижения личностных и метапредметных (регулятивных, познавательных, коммуникативных) результатов и предметные результаты.

Личностными результатами (предпосылками к их достижению) дошкольной подготовки является формирование следующих умений:

- определять и высказывать под руководством учителя самые простые общие для всех правила поведения (этические нормы);
- в предложенных учителем ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, как поступить (при поддержке учителя);
- при поддержке учителя и окружающих давать оценку своим поступкам и поступкам других людей;
- понимать, что оценка его поступков и мотивов определяется не столько его собственным отношением к самому себе (Я «хороший»), но прежде всего тем, как его поступки выглядят в глазах окружающих людей;
- выражать свои эмоции, соблюдая этические нормы;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

- высказывать свое отношение к героям литературных произведений, их поступкам;

- объяснять, хочет идти в школу или нет, и почему.

Сформированность положительной мотивации к учебной деятельности: «Я хочу учиться!» - самый желаемый планируемый личностный результат.

Метапредметными результатами (предпосылками к их формированию) дошкольной подготовки является формирование следующих универсальных учебных действий (далее по тексту УУД): регулятивных, познавательных, коммуникативных.

Регулятивные УУД:

- учиться определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;

- учиться работать по предложенному учителем плану;

- учиться проговаривать последовательность действий на занятии;

- учиться высказывать свое предположение (версию) на основе работы с материалом (иллюстрациями) учебного пособия;

- учиться отличать верно выполненное задание от неверного;

- учиться совместно с учителем и другими ребятами давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии и деятельности всего класса;

- учиться оценивать результаты своей работы.

Познавательные УУД:

- учиться ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;

- учиться ориентироваться в учебном пособии (на развороте, в оглавлении, в условных обозначениях);

- учиться находить ответы на вопросы в иллюстрациях;

- сравнивать и группировать различные объекты (числа, геометрические фигуры, предметные картинки);

- классифицировать и обобщать на основе жизненного опыта;

- учиться делать выводы в результате совместной работы с учителем;

- учиться преобразовывать информацию из одной формы в другую (составлять математические рассказы на основе предметных рисунков и простейших моделей, заменять слово, предложение схемой).

Коммуникативные УУД:

- называть свои фамилию, имя, домашний адрес;
- слушать и понимать речь других;
- учиться ориентироваться на позицию других людей, отличную от собственной, уважать иную точку зрения;
- учиться оформлять свои мысли в устной форме;
- строить понятные для партнера высказывания;
- уметь задавать вопросы, чтобы с их помощью получать необходимые сведения от партнера по деятельности;
- совместно с учителем договариваться с другими ребятами о правилах поведения и общения и учиться следовать им;
- сохранять доброжелательное отношение друг к другу не только в случае общей заинтересованности, но и в нередко возникающих на практике ситуациях конфликтов интересов;
- учиться выполнять различные роли при совместной работе

Принципы, лежащие в основе программы.

1. *Принцип научности.* Вся информация, излагаемая в учебной программе, должна быть достоверной.
2. *Принцип адекватности возрасту.* Соответствие возрастным и психолого-физиологическим особенностям ребенка.
3. *Принцип личностного подхода.* Личность каждого ребенка является непреложной ценностью.
4. *Принцип опоры на интерес.* Все занятия должны быть интересны для ребенка.
5. *Принцип ориентации на достижение успеха.* Необходимо создавать условия для поддержания у детей веры в собственные силы и в возможность достижения успеха.

6. *Принцип доступности.* Излагаемый материал по сложности должен быть доступен пониманию ребенка.

7. *Принцип интерактивного обучения.* Методы, приемы, формы и средства обучения должны создавать условия, при которых дети занимают активную позицию в процессе получения знаний.

8. *Принцип последовательности.* Изложение материала должно иметь логическую последовательность

9. *Принцип обратной связи.* Педагог должен постоянно интересоваться впечатлениями детей от прошедшего занятия.

Возраст детей и сроки реализации

Программа рассчитана на проведение теоретических и практических занятий.

Количество учебных часов в неделю – 3

Примечание: 1уч. ч. = 25минут

Возраст участников- 5,6 – 6 лет.

Наполняемость учебных групп устанавливается в количестве 13-18 обучающихся.

Срок реализации программы – 8 месяцев

Организация образовательного процесса регламентируется расписанием занятий, утверждённым заместителем директора школы по учебно-воспитательной работе, ответственным за её работу.

Занятия проводятся каждый четверг с 15:30 с 1 октября по 31 мая

Расписание учебного дня:

1 урок 15.30-15.55 «Готовим руку к письму» (через неделю)/«Речевое развитие» или «Развитие математического мышления» (через неделю)

2 урок 16.05- 16.30 «Развитие математического мышления»

3 урок 16.40- 17.05 «Речевое развитие»

Праздники/мероприятия по отдельному графику

Режим занятий.

В течение всего учебного года проводится специальная работа по подготовке детей к школе.

Программа определяет те знания и умения, которыми должен овладеть ребёнок для успешного интеллектуального, личностного и социального развития, адаптации к школьному обучению. В ней выделяются 3 раздела:

- Развитие речи, обучение грамоте;
- Математика. Развитие. Конструирование;
- Подготовка руки к письму.

Занятия по этой программе «У школьного порога» проводятся с будущими первоклассниками в течение всего учебного года один раз в неделю, начиная с 1 октября.

В течение всего учебного года проводится специальная работа по подготовке детей к школе.

Вводное занятие – 1 час

Курс «Речевое развитие» - 40 часов;

Курс «Развитие математического мышления» - 40 часов;

Курс «Готовим руку к письму» - 14 часов;

Праздники, развлечения – 5 часов;

Родительские собрания, индивидуальные консультации – 5 часов.

Выделение курсов условно, так как особенностью программы является взаимосвязь всех разделов, а темы разных занятий объединены в целостные блоки.

В соответствии с программой практически все занятия в каждой предметной области носят комплексный характер.

Комплексный характер заданий позволяет:

1) за счет переключения с одних видов деятельности на другие не допустить утомления детей (что могло бы привести к снижению учебно-познавательной мотивации и отрицательно влиять на здоровье);

2) повысить сознательность выполняемых видов работы (благодаря тому, что каждое задание рассматривается ребенком с разных сторон, с необходимой степенью подробности);

3) максимально использовать конкретную работу для развития самых разных психических процессов и приемов умственной деятельности.

Одновременно содержание предлагаемых заданий предполагает и воспитательное воздействие на детей и направлено на развитие у них ценных качеств личности. Это достигается посредством специального включения в процесс занятий эмоционально-эстетического компонента (например, через привлечение к работе разнообразных объектов природы и их эмоциональную оценку), организации работы детей на основе личностно-деятельностного подхода и требований культуры труда.

Общие *принципы организации образовательного процесса* в группе кратковременного пребывания могут быть сформулированы следующим образом:

1. Образовательный процесс строится на основе баланса свободной самостоятельной деятельности детей и совместной деятельности взрослого и ребёнка.

2. Взрослый привлекает детей к деятельности без психологического принуждения, опираясь на их интерес к содержанию и форме деятельности, занимая позицию заинтересованного партнера-участника.

3. В образовательном процессе реализуется дифференцированный подход по нескольким направлениям:

- Организация многоуровневой функциональной среды для свободной самостоятельной деятельности дошкольников (обеспечение самореализации детей с разным уровнем развития);

- Гибкий охват детей (пары, подгруппы, вся группа) формами и содержанием деятельности, соответствующими их интересам и возможностям;

- Дифференцированный временной режим для разных видов совместной деятельности.

На занятиях используются различные методы обучения, развивающие мотивацию детей к познанию, творческую активность в учебных ситуациях и формирующие интеллектуальную, физическую, нравственно-эмоциональную, волевою, личностную и коммуникативную готовность к школе.

Планировка и оборудование помещения класса, где проходят занятия, отвечают принципам комфортности, вариативности и изменчивости. Так, например, оформление класса с помощью создаваемых детьми в процессе обучения индивидуальных или коллективных работ, использование этих работ в реальном учебном процессе позволяют детям почувствовать атмосферу подлинного уважения к своим усилиям и достижениям. Планировка парт, позволяющая детям работать в подгруппах или индивидуально, широкий ассортимент учебных пособий и материалов, сменяемых по мере реализации учебной программы и изменения актуальных интересов и возможностей учащихся, создают многообразную вариативную среду, в которой каждый ребенок может успешно самореализоваться.

На интегрированных занятиях сконцентрированы разнообразные виды деятельности детей, основанные на игре: обучение чтению, письму печатными буквами; музыкальные и физические упражнения.

Интеграция и игровые приёмы дают возможность при меньшей затрате времени и усилий со стороны детей получить более полный объём информации.

Обучение детей наиболее продуктивно, если оно идет в контексте практической и игровой деятельности, когда созданы условия, при которых знания, полученные детьми ранее, становятся необходимы им, т.к. помогают решать практическую задачу, а потому усваиваются легче и быстрее.

Программа работы с семьей предлагает *определенную систему и календарный план работы с родителями* учащихся подготовительного класса, что позволяет учителю и семьям лучше узнать друг друга, наладить между

собой отношения конструктивного сотрудничества, приучает родителей оказывать детям дома помощь и поддержку в процессе их обучения.

Условия реализации программы

Психолого-педагогические условия реализации программы: реализация программы предполагает создание ситуации успеха для каждого обучающегося через формирование способности интегрировать ранее полученные знания, опыт.

В настоящий момент весь кадровый состав начальной школы готов к реализации программы. Наметилась устойчивая тенденция в кадровой политике школы, направленная на гуманизацию и демократизацию образовательного процесса, на формирование учителя - профессионала, творческой личности

Сформировано позитивное отношение учителей к непрерывному психолого-педагогическому образованию и самообразованию. Каждый учитель работает над своей темой по самообразованию, широко использует предметный учебно-методический журнал, специальную литературу.

Большинство учителей - опытные работоспособные педагоги. Их большой педагогический стаж подчёркивает, что это отличные специалисты, преданные своей нелёгкой профессии и родной школе.

Администрация школы и методический совет школы уделяют большое внимание профессиональной подготовке учителей. За последние 3 года все педагогические работники прошли курсовую подготовку.

Педагогические условия реализации программы:

В зоне особого внимания педагога учет психологических особенностей и возможностей детей старшего дошкольного возраста. Это проявляется в следующем:

- детям не предъявляются требования, которые они не могут выполнить, так как это препятствует формированию положительной учебной

мотивации ребенка: отношению к деятельности, интереса к ней, и как следствие этого – успешности обучения;

- создаются условия для более разнообразного учебного и внеучебного общения детей. Потребность к общению со сверстниками – особая черта детей этого возраста, именно в процессе этой деятельности происходит развитие многих коммуникативных умений, необходимых для обучения в школе;

- изучаются индивидуальные особенности каждого ребенка для построения индивидуальной образовательной траектории;

- учитывается, что ведущей деятельностью этого периода развития ребенка является игровая, и поэтому игра должна стать приоритетной формой организации учебного процесса.

При подготовке к каждому занятию педагог:

- оценивает этап обучения и сформированность у каждого ребенка необходимых знаний- умений;

- предусматривает разные организационные формы проведения занятий, а также индивидуальную работу каждого ребенка;

- учитывает необходимость возвращения (повторения) изученного в новых учебных (игровых) ситуациях

- осуществляет взаимосвязь занятий и свободной игровой деятельности.

Периодически организуемые исследования (анкетный опрос, игровые зачеты и тестовые задания) помогут увидеть результат образовательной и воспитательной работы, рост каждого ребенка.

Материально – технические условия.

Данная программа предусматривает проведение учебно – воспитательного процесса с детьми в светлом помещении, где у каждого ребенка имеется рабочее место – отдельный стол и необходимые материалы.

Для реализации данной программы имеется всё необходимое:

- светлое помещение с левосторонним освещением;

- столы-парты в количестве 8 штук, подобранные в соответствии с ростом детей;
- детские стулья на каждого ребенка, соответствующие росту детей;
- школьная доска;
- школьные мелки (белые и цветные);
- стол и стул для педагога;
- методический шкаф для хранения методических пособий;
- простые карандаши на каждого ребенка;
- цветные карандаши: синий, красный, зеленый на каждого ребенка;
- шариковые ручки с синей пастой на каждого ребенка;
- тетради в обычную клетку;
- тетради в косую линейку;

Школа располагает комплектом средств обучения, поддерживаемых инструктивно- методическими материалами.

Состав комплекта средств обучения объединяет как современные (инновационные) средства обучения на базе цифровых технологий, так и традиционные — средства наглядности (печатные материалы, натуральные объекты, модели), а также лабораторное оборудование, приборы и инструменты для проведения натуральных экспериментов и исследований, расходные материалы и канцелярские принадлежности.

С 2007 года школа подключена к сети Интернет.

Образовательный процесс организован на базе учебных кабинетов, которые соответствуют современным методическим требованиям и нормам СанПиНа. Все кабинеты оснащены комфортной ученической мебелью, соответствующей СанПину. Занятия физической культурой и спортом проводятся в приспособленном спортзале, имеется также спортивная площадка и открытое плоскостное сооружение для занятий физической культурой и спортом. Многочисленные школьные мероприятия различной направленности проходят в школьном актовом зале.

Для медицинского обслуживания детей оборудован медицинский кабинет.

В школе имеется также необходимая современная оргтехника: цветной телевизор с ж/к экраном, комбинированный DVD- магнитофон, музыкальный центр, цифровые видеокамера и фотоаппарат, копировальный аппарат, принтер, ноутбук, видеопроектор., микрофон, музыкальная клавиатура, интерактивная доска, обеспечивающая обратную связь. Книжный фонд школьной библиотеки составляет 16189 экз. на печатной основе и 328 экземпляра ЭОРов.

Перечень оборудования для занятий с дошкольниками:

1. Бубен 3 шт.
2. Ложки (пара) 25 шт.
3. Маракасы
4. Металлофон
5. Тамбурин
6. Треугольник музыкальный
7. Трещетка
8. Компас школьный
9. Комплект инструментов классных
10. Лупа ручная
11. Лото для детей
12. Линейка классная деревянная
13. Микроскоп Микромед
14. Модель «Гигиена зубов»
15. Набор денежных знаков (демонс./раздаточ.)
16. Набор карточек «Домашние животные»
17. Набор муляжей для рисования
18. Набор предметных картинок с магнитами «Бытовые приборы»
19. Набор предметных картинок с магнитами «Профессии»
20. Набор предметных картинок с магнитами «Овощи. Фрукты»
21. Набор предметных картинок с магнитами «Муз.инструменты»
22. Набор химической посуды и принадлежностей для демонстрационных/лабораторных работ

23. Столик подъемно – поворотный с двумя плоскостями
24. Счетная лесенка
25. Термометр жидкостной
26. Циферблат часовой раздаточный
27. Часы. Демонстрация
28. Набор цифр от 1 до 10
29. Плакат «Животные луга»
30. Плакат «Животные леса»
31. Плакат «Птицы леса»
32. Плакат «Растения леса»
33. Коллекция «Бумага и картон» (демонс./раздаточ.)
34. Коллекция «Плоды сельскохозяйственных растений»
35. Бусы для счета в пределах 10 (демонстрационные)
36. Бусы для счета в пределах 10 (раздаточные)
37. Весы с гирями учебные
38. Глобус Земли физический
39. Набор «Тела геометрические»
40. Гербарий для начальной школы
41. Русский алфавит. Интерактивное наглядное пособие.
42. Касса – веер слогов
43. Касса – веер согласных
44. Касса-веер гласных
45. Комплект динамических раздаточных пособий «Гласные буквы, согласные буквы»
46. Комплект динамических раздаточных пособий «Устный счет, доли, дроби»
47. Комплект динамических раздаточных пособий «Геометрические фигуры»
48. Комплект динамических раздаточных пособий «Растения и животные»

49. Комплект динамических раздаточных пособий «Дорожные знаки»
50. Комплект динамических раздаточных пособий – шнуровка «Животные», «Природа и человек»
51. Комплект динамических раздаточных пособий – шнуровка «Арифметика», «Геометрия»
52. Комплект динамических раздаточных пособий «Единицы измерения»
53. Комплект карточек «Природа»
54. Комплект карточек «Человек»
55. Комплект карточек «Общество»
56. Комплект карточек «Время»
57. Комплект магнитов
58. Комплект наглядных пособий «Основы декоративно – прикладного искусства»
59. Комплект наглядных пособий «Музыка»
60. Комплект наглядных пособий «Основы безопасности жизнедеятельности»
61. Наглядное пособие для интерактивной доски «Безопасное поведение школьников»
62. Наглядное пособие для интерактивной доски «Изменения в природе»
63. Планшеты для самостоятельной работы
64. Портреты детских писателей
65. Секундомер однокнопочный
66. Учебная карта «Российская Федерация» (физическая)
67. Штатив лабораторный комбинированный

Описание педагогических технологий

Принципиально важной стороной в педагогической технологии является позиция ребенка в воспитательно-образовательном процессе,

отношение к ребенку со стороны взрослых. Взрослый в общении с детьми придерживается положения: «Не рядом, не над ним, а вместе!». Его цель – содействовать становлению ребенка как личности.

Для реализации познавательной и творческой активности дошкольника в учебном процессе педагоги используют современные образовательные технологии, дающие возможность повышать качество образования, более эффективно использовать учебное время. Вот только некоторые образовательные педагогические технологии, которые применяются в учебном процессе.

Педагогические технологии	Достижимые результаты
Проблемное обучение	Создание в учебной деятельности проблемных ситуаций и организация активной самостоятельной деятельности дошкольников по их разрешению, в результате чего происходит творческое овладение знаниями, умениями, навыками, развиваются мыслительные способности.
Разноуровневое обучение	Появляется возможность помогать слабому, уделять внимание сильному, реализуется желание сильных быстрее и глубже продвигаться в образовании. Сильные утверждают в своих способностях, слабые получают возможность испытывать учебный успех, повышается уровень мотивации ученья.
Технология использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых, и других видов обучающих игр	Расширение кругозора, развитие познавательной деятельности, формирование определенных умений и навыков, необходимых в практической деятельности,

	развитие общеучебных умений и навыков.
Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа)	Сотрудничество трактуется как идея совместной развивающей деятельности взрослых и детей, Суть индивидуального подхода в том, чтобы идти не от учебного предмета, а от ребенка к предмету, идти от тех возможностей, которыми располагает ребенок, применять психолого-педагогические диагностики личности.
Информационно-коммуникационные технологии	Изменение и неограниченное обогащение содержания образования, использование интегрированных курсов, доступ в ИНТЕРНЕТ.
Здоровьесберегающие технологии	Использование данных технологий позволяют равномерно во время урока распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность с физминутками, определять время подачи сложного учебного материала, выделять время на проведение самостоятельных работ, нормативно применять ТСО, что дает положительные результаты в обучении.
Систему инновационной оценки «портфолио»	Формирование персонифицированного учета достижений ученика как инструмента педагогической поддержки социального самоопределения, определения траектории индивидуального развития личности.

Принципы здоровьесбережения

Проблемы сохранения здоровья стали особенно актуальными на современном этапе. Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у учащихся, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие, вызвали отклонения в их социальном поведении.

В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников. По словам профессора Н. К. Смирнова, «здоровьесберегающие образовательные технологии - это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся». Понятие «здоровьесберегающая технология» относится к качественной характеристике любой образовательной технологии, показывающей, как решается задача сохранения здоровья учителя и учеников.

Данные технологии должны удовлетворять принципам здоровьесбережения, которые сформулировал Н. К. Смирнов:

- «Не навреди!» - все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.

- Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося - все используемое должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников образовательного процесса.

1. Непрерывность и преемственность - работа ведется не от случая к случаю, а каждый день и на каждом уроке.

2. Субъект - субъектные взаимоотношения - учащийся является непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий и в содержательном, и в процессуальном аспектах.

3. Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся - объем учебной нагрузки, сложность материала должны соответствовать возрасту учащихся.

4. Комплексный, междисциплинарный подход - единство в действиях педагогов, психологов и врачей.

5. Успех порождает успех - акцент делается только на хорошее; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки.

6. Активность - активное включение, а любой процесс снижает риск переутомления.

Ответственность за свое здоровье - у каждого ребенка надо стараться сформировать ответственность за свое здоровье, только тогда он реализует свои знания, умения и навыки по сохранности здоровья. Перед любым учителем неизбежно встает задача качественного обучения предмету, что совершенно невозможно без достаточного уровня мотивации школьников. В решении означенных задач и могут помочь здоровьесберегающие технологии.

Следует отметить, что все здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на три основные группы:

- технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса;
- технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности дошкольников;
- разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на занятиях педагогами.

От соблюдения гигиенических и психолого-педагогических условий проведения занятия в основном и зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности.

Для повышения умственной работоспособности детей, предупреждения преждевременного наступления утомления и снятия у них мышечного статического напряжения, проводятся физкультминутки, примерно через 10-15 минут от начала занятия или с развитием первой фазы умственного утомления у значительной части детей.

Физкультминутки проводятся, учитывая специфику предмета, зачастую с музыкальным сопровождением, с элементами самомассажа и другими средствами, помогающими восстановить оперативную работоспособность.

В состав упражнений для физкультминуток включаются:

- упражнения по формированию осанки,
- укреплению зрения,
- укрепления мышц рук,
- отдых позвоночника,
- упражнения для ног,
- релаксационные упражнения для мимики лица,
- психогимнастика,
- упражнения, направленные на выработку рационального дыхания.

Физкультурно-оздоровительные

Комплексы упражнений для глаз ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Комплексы упражнений физкультурных минуток

Физкультминутка (ФМ) способствует снятию локального утомления. По содержанию ФМ различны и предназначаются для конкретного воздействия на ту или иную группу мышц или систему организма в зависимости от самочувствия и ощущения усталости.

Физкультминутка общего воздействия может применяться, когда физкультпаузу по каким-либо причинам выполнить нет возможности.

ФМ общего воздействия ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Физкультминутка для улучшения мозгового кровообращения

Наклоны и повороты головы оказывают механическое воздействие на стенки шейных кровеносных сосудов, повышают их эластичность; раздражение вестибулярного аппарата вызывают расширение кровеносных сосудов головного мозга. Дыхательные упражнения, особенно дыхание через нос, изменяют их кровенаполнение. Все это усиливает мозговое кровообращение, повышает его интенсивность и облегчает умственную деятельность. ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Физкультминутка для снятия утомления с плечевого пояса и рук

Динамические упражнения с чередованием напряжения и расслабления отдельных мышечных групп плечевого пояса и рук, улучшают кровоснабжение, снижают напряжение. ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Физкультминутка для снятия утомления с туловища и ног

Физические упражнения для мышц ног, живота и спины усиливают венозное кровообращение в этих частях тела и способствуют предотвращению застойных явлений крово- и лимфообращения, отечности в нижних конечностях. ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Комплексы упражнений физкультурных пауз

Физкультурная пауза (ФП) - повышает двигательную активность, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем, снимает общее утомление, повышает умственную работоспособность. ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Профилактическая гимнастика

Для снятия статического и нервно-эмоционального напряжения используются обычные физические упражнения, преимущественно для верхней части туловища (рывки руками, повороты, «рубка дров» и т.д.), игры на свежем воздухе. Для снятия напряжения зрения рекомендуется зрительная гимнастика. Даже при небольшой ее продолжительности (1 мин), но регулярном проведении, она является эффективным мероприятием профилактики утомления. Эффективность зрительной гимнастики объясняется тем, что при выполнении специальных упражнений (описаны ниже) обеспечивается периодическое переключение зрения с ближнего на дальнее, снимается напряжение с цилиарной мышцы глаза, активизируются восстановительные процессы аккомодационного аппарата глаза, в результате чего функция зрения нормализуется. Кроме того, есть специальное упражнение (с меткой на стекле), предназначенное для тренировки и развития аккомодационной функции глаза.

Время и место проведения гимнастики

Зрительная гимнастика проводится в середине занятия с ПЭВМ (после 15 мин работы) и в конце или после всего развивающего занятия с использованием ИКТ (после заключительной части). Первые три из представленных ниже упражнений проводятся в середине занятия в компьютерном зале, а остальные упражнения - после занятий в игровой комнате.

Длительность зрительной гимнастики как во время, так и после занятия составляет 1 мин. Преподаватель выбирает одно упражнение из трех для проведения во время занятий с ИКТ и 1 - 2 упражнения для проведения гимнастики после заключительной части занятия. Через 2 - 4 занятия упражнения рекомендуется менять.

Зрительная гимнастика во время работы на компьютере ПРИЛОЖЕНИЕ 7

Зрительная гимнастика после компьютерного занятия ПРИЛОЖЕНИЕ 8

Гимнастика для снятия общего утомления ПРИЛОЖЕНИЕ 9

Продолжительность этой гимнастики - не менее 1 мин, желательно 2 - 3 мин.

При выполнении всех физических упражнений необходимо выполнять еще одно условие: соблюдать режим проветривания.

Итак, комплексное использование ЗТ в учебном процессе позволяет снижать утомляемость, повышает эмоциональный настрой и работоспособность, формирует мотивы, потребности и ценности здорового образа жизни, способствует сохранению и укреплению здоровья детей.

Большинство дошкольников не умеют правильно дышать во время выполнения мышечной нагрузки, ходьбы, бега, а также в условиях относительного мышечного покоя. Неправильное дыхание приводит к нарушению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, снижению насыщения крови кислородом, нарушению обмена веществ. Поэтому педагоги вводят упражнения для выработки глубокого дыхания. Усиления выдоха, в сочетании с различными движениями туловища и

конечностей.

Упражнения для выработки правильного диафрагмального дыхания

Для спокойной и плавной речи необходимо пользоваться спокойным речевым дыханием. Как известно, во время вдоха диафрагма прогибается вниз, увеличивается объем легких, передняя стенка живота выдвигается вперед. Сокращение этих мышц обеспечивает правильный выдох. При этом диафрагма поднимается. У многих детей речевое дыхание нарушено, т.е. часто во время речи наступает чрезмерное напряжение, судорожное сокращение мускулатуры. Чтобы снять напряжение в области диафрагмы надо научить ребенка расслаблять мышцы живота. Ненапряженное состояние мышц живота благоприятствует свободному дыханию, плавному выдоху при речи. Так как же научить ребенка такому дыханию? Не так сложно, как кажется.

Работа над дыханием

Положение лёжа. Ноги выпрямлены, руки вдоль туловища. Ребёнок спокоен, расслаблен. Рука ребёнка кладётся на верхнюю часть живота (на диафрагмальную область). Внимание ребёнка обращается на то, что его живот «хорошо дышит». Можно положить на живот лёгкую игрушку для привлечения внимания.

Начало дыхания: вдох на счёт 1-2

выдох на счёт 1-2-3-4

вдох на счёт 1-2

выдох на счёт 1-2-3-4 и т.д.

Обращается внимание:

1. во время выдоха плечи **не** должны подниматься;
2. в процессе дыхания **не** акцентируется внимание ребёнка на вдохе и выдохе, для этого можно использовать объяснение: на счёт 1-2 животик поднимается («хорошо дышит»), на счет 1-2-3-4 животик опускается;
3. упражнение выполняется без усилий, мягко, чтобы избежать повышения мышечного тонуса.

Упражнение выполняется ежедневно в течение 2-3 минут.

Упражнения для формирования диафрагмального выдоха

ПРИЛОЖЕНИЕ 10

Физкультминутка не является обязательным режимным моментом как утренняя гимнастика, но опыт показал, что введение ее в режим дня детей дает положительные результаты. Физкультминутка это - кратковременное (в течение 1 – 2 минут) мероприятие, которое способствует укреплению организма ребёнка, повышает его работоспособность. Физкультминутка проводится, с целью активно изменить деятельность детей и этим ослабить утомление, а затем снова переключить их на продолжение занятия.

Физкультминутка дает возможность педагогам, а также родителям **играть** с детьми, радовать их и, вместе с тем развивать речь, координацию движения и мелкую моторику. Благодаря упражнениям, входящим в физкультминутку, у детей улучшается осанка, усиливается обмен веществ в организме, развивается произвольное внимание и память, способность сосредотачиваться, дети получают разнообразные сенсорные впечатления. Забавные стихи и смешные потешки, разнообразные упражнения, имитирующие движения их содержания, позволяют проводить интересную, содержательную и яркую физкультминутку в любой момент, как только педагог заметит, что внимание детей становится рассеянным и им надо взбодриться. Движение каждого упражнения дети должны выучить вместе с воспитателем, с тем, чтобы потом они выполняли их самостоятельно, только услышав название физкультминутки или взглянув на картинку с иллюстрацией к той или иной потешки или стихотворению. Наиболее благоприятным временем для проведения физкультминутки следует считать переход между этапами работы на одном уроке, когда нужно переключить внимание детей с одной деятельности на другую или вторую половину занятия, когда учитель замечает утомление детей. Во втором случае уловить нужный момент бывает часто трудно, но при хорошем знании коллектива детей и умении наблюдать за ними это вполне доступно. Но нужно

учитывать, что при большой заинтересованности детей к уроку, особенно когда используются наглядные пособия, физкультминутка может и помешать успешному его проведению.

В своей работе педагоги используют рекомендации.

Рекомендации по проведению физкультминуток.

В подборе упражнений и стихов для физкультминутки надо помнить, что это, своего рода, игра и нужно руководствоваться следующими рекомендациями:

1. Перед знакомством с физкультминуткой необходимо обсудить ее содержание, отработывая необходимые жесты, комбинации пальцев, движения. Это не только позволит подготовить детей к правильному выполнению упражнений, но и создаст необходимый эмоциональный настрой.

2. Упражнения должны быть знакомы детям и просты по выполнению; они должны охватывать в основном крупные мышечные группы. Это упражнения, связанные с потягиванием, выпрямлением позвоночника. Иногда целесообразно включать ходьбу на месте, поскоки, приседания в быстром темпе. В отдельных случаях, например, если дети долго держали в руках карандаш или кисть, целесообразно включить упражнение для мышц кисти руки: сгибание и разгибание, отведение и приведение, круговые движения в лучезапястном суставе; такие же движения пальцами рук.

3. Выполнять упражнения следует вместе с детьми, при этом демонстрируя собственную увлеченность игрой в форме физкультминутки.

4. Произносить тексты физкультминуток учитель должен максимально выразительно: то, повышая, то, понижая голос, делая паузы, подчеркивая отдельные слова, а движения выполнять синхронно с текстом или в паузах.

5. При повторных проведениях физкультминутки дети нередко начинают произносить текст частично (особенно начало или окончание фраз). Постепенно текст разучивается наизусть, дети произносят его целиком, соотнося слова с движениями.

6. Не ставьте перед детьми сразу несколько сложных задач (к примеру, показывать движения и произносить текст). Объем внимания у детей, особенно младших школьников, ограничен, и невыполнимая задача может «отбить» интерес к физкультминутке.

7. Стимулируйте подпевание детей, проговаривание вместе с Вами, «не замечайте», если они по началу делают что-то неправильно, поощряйте успехи.

8. Физкультминутки, также как и другие стихи и игры, побуждают детей к творчеству и в том случае, когда ребенок придумывает к текстам свои, пусть даже не очень удачные движения, его следует хвалить и показывать его творческие достижения другим детям, родителям.

9. Выбрав две или три физкультминутки, постепенно заменяйте их новыми. Наиболее понравившиеся стихи и упражнения можно оставить в своем репертуаре и возвращаться к ним по желанию детей.

10. Никогда не принуждайте делать физкультминутку, если у ребенка нет на это желания. Попробуйте понять, разобраться в причинах отказа, если возможно, ликвидировать их (например, изменив задание) или поменяйте физкультминутку, подобрав подобную.

11. Содержание физкультминутки надо варьировать в зависимости от характера и условий проведения конкретного занятия, а не давать ее заранее целиком составленную на всю неделю для любого урока.

12. Если видите, что дети работают сосредоточенно, то проводить физкультминутку не следует, иначе можно рассеять их внимание, отвлечь от задания и потом вернуть детей к работе будет очень сложно

Примеры физкультминуток ПРИЛОЖЕНИЕ 11

Технология исследовательской деятельности

Цель исследовательской деятельности дошкольников - сформировать основные ключевые компетенции, способность к исследовательскому типу мышления.

Надо отметить, что применение проектных технологий не может существовать без использования ТРИЗ-технологии (технологии решения изобретательских задач). Поэтому при организации работы над творческим проектом воспитанникам предлагается проблемная задача, которую можно решить, что-то исследуя или проводя эксперименты.

Информационно-коммуникационные технологии

Мир, в котором развивается современный ребенок, коренным образом отличается от мира, в котором выросли его родители. Это предъявляет качественно новые требования к дошкольному воспитанию как первому звену непрерывного образования: образования с использованием современных информационных технологий (компьютер, интерактивная доска, планшет и др.).

ИКТ в работе педагога:

1. Подбор иллюстративного материала к занятиям и для оформления стендов, группы, кабинетов (сканирование, интернет, принтер, презентация).
2. Подбор дополнительного познавательного материала к занятиям, знакомство со сценариями праздников и других мероприятий.
3. Обмен опытом, знакомство с периодикой, наработками других педагогов России и зарубежья.
4. Оформление документации, отчетов
5. Создание презентаций в программе Power Point для повышения эффективности образовательных занятий с детьми и педагогической компетенции у родителей в процессе проведения родительских собраний.

Личностно - ориентированная технология

Личностно-ориентированные технологии ставят в центр личность ребенка, обеспечение комфортных условий в семье и дошкольном учреждении, бесконфликтных и безопасных условий ее развития, реализация имеющихся природных потенциалов.

Личностно-ориентированная технология реализуется в развивающей среде, отвечающей требованиям содержания новых образовательных программ.

Технология портфолио дошкольника

Портфолио— это копилка личных достижений ребенка в разнообразных видах деятельности, его успехов, положительных эмоций, возможность еще раз пережить приятные моменты своей жизни, это своеобразный маршрут развития ребенка.

Существует ряд функций портфолио:

- диагностическая (фиксирует изменения и рост за определенный период времени),
- содержательная (раскрывает весь спектр выполняемых работ),
- рейтинговая (показывает диапазон умений и навыков ребенка) и др.

Процесс создания портфолио является своего рода педагогической технологией. Вариантов портфолио очень много. Содержание разделов заполняется постепенно, в соответствии с возможностями и достижениями дошкольника.

Раздел 1 «Давайте познакомимся». В разделе помещается фотография ребенка, указываются его фамилия и имя; можно ввести рубрику «Я люблю...» («Мне нравится...», «Обожаю, когда...»), в которой будут записаны ответы ребенка.

Раздел 2 «Портрет моего ребенка». В разделе помещаются сочинения родителей о своем малыше.

Раздел 3 «Я мечтаю...». В разделе фиксируются высказывания самого ребенка на предложение продолжить фразы: «Я мечтаю о...», «Я бы хотел быть...», «Я жду, когда...», «Я вижу себя...», «Я хочу видеть себя...», «Мои любимые дела...»; ответы на вопросы: «Кем и каким я буду, когда вырасту?», «О чем я люблю думать?».

Раздел 4 «Вот что я могу». В разделе помещаются образцы творчества ребенка (рисунки, рассказы, книги-самоделки).

Раздел 5 «Мои достижения». В разделе фиксируются грамоты, дипломы (от различных организаций: детского сада, СМИ, проводящих конкурсы).

Раздел 6 «Посоветуйте мне...». В разделе даются рекомендации родителям воспитателем и всеми специалистами, работающими с ребенком.

Раздел 7 «Спрашивайте, родители!». В разделе родители формулируют свои вопросы к специалистам ДОУ.

Раздел 8 «Информация педагогов» содержит информацию о наблюдениях педагогов за ребенком во время пребывания его в детском саду в четырех ключевых направлениях: социальные контакты, коммуникативная деятельность, самостоятельное использование различных источников информации и деятельность как таковая.

Игровая технология

Строится как целостное образование, охватывающее определенную часть учебного процесса и объединенное общим содержанием, сюжетом, персонажем. В нее включаются последовательно:

- игры и упражнения, формирующие умение выделять основные, характерные признаки предметов, сравнивать, сопоставлять их;
- группы игр на обобщение предметов по определенным признакам;
- группы игр, в процессе которых у дошкольников развивается умение отличать реальные явления от нереальных;
- группы игр, воспитывающих умение владеть собой, быстроту реакции на слово, фонематический слух, смекалку и др.

Обучение в форме игры может и должно быть интересным, занимательным, но не развлекательным. В деятельности с помощью игровых технологий у детей развиваются психические процессы.

Игровые технологии тесно связаны со всеми сторонами воспитательной и образовательной работы детского сада и решением его основных задач. Некоторые современные образовательные программы

предлагают использовать народную игру как средство педагогической коррекции поведения детей.

Формы и методы проведения занятий:

Теоретические:

беседы с использованием иллюстративно-демонстрационного материала,

постановка и решение вопросов проблемного характера;

чтение художественной литературы,

Практические занятия:

рассказы по серии сюжетных картин

ролевые игры,

дидактические игры, игровые обучающие и творчески развивающие ситуации;

коллективные творческие дела,

конкурсы,

наблюдения;

театрализованная деятельность

опыты;

трудовые поручения, действия.

экскурсии

викторины

музыкальное творчество

Методы диагностики знаний учащихся.

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности.

Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе:

- коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта, принятия совместных решений, разрешения конфликтов, лидерства и пр.);
- игровой деятельности;
- познавательной деятельности (как идет развитие детских способностей, познавательной активности);
- проектной деятельности (как идет развитие детской инициативности, ответственности и автономии, как развивается умение планировать и организовывать свою деятельность);

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

Программа ведения наблюдений включает в себя *специально разработанные бланки и процедуры наблюдений*, что позволяет фиксировать и документировать индивидуальный прогресс каждого ребенка, профессионально оценивать эффективность своей работы, а также конструктивно и на высоком профессиональном уровне строить свое взаимодействие с семьями учащихся. Накопленная за время проведения курса информация дает школе возможность заблаговременно и качественно подготовиться к началу нового учебного года. ПРИЛОЖЕНИЕ 12

Учебно-тематический план программы

«У школьного порога»

Наименование занятий, тем	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
Вводное занятие.	1	1	
Курс «Речевое развитие»	40	6	34
Курс « Развитие математического мышления»	40	3	37
Курс «Готовим руку к письму»	14		14
ИТОГО	95	10	85
Дополнительные мероприятия			
Праздники, развлечения	5		5
Родительские собрания, индивидуальные консультации	5		5

ИТОГО	10		10
--------------	-----------	--	-----------

Содержание программы

Вводное занятие.

Снятие эмоционального напряжения, выявление представлений детей о совместной работе, знакомство детей друг с другом и педагогом. Учить детей поочередно высказываться, обращаться друг к другу и педагогу, составлять короткие предложения. Развивать познавательный интерес, интерес к школе, к книгам. Закреплять знания о школе, о том, зачем нужно учиться, кто и чему учит в школе, о школьных принадлежностях и т. д. Формировать представления о профессии учителя и «профессии» ученика, положительное отношение к этим видам деятельности.

Знакомство с двумя возможными формами ответа: индивидуальной и групповой. Введение знаков «Я», «Хор»; «Согласен – не согласен»; «Орден внимания», «Ловушка». Игры: именной паровозик, запрещенное движение, путаница, да и нет не говорите, черного и белого не носите; походка и настроение, делай то, что я говорю, кто спрятался, что изменилось

Первичная диагностика учебной мотивации, умения ребенка ориентироваться на листе бумаги (лево - право, верх - низ), знакомство с цветами настроения, прослеживание изменения настроения на примере произведения С.Маршака «Настроение» и этюдов «Солнечный зайчик», «Странный зверь». Диагностический рисунок «Автопортрет». Рисунок-загадка «Что любит мой сосед» Слушание звуков, которые нас окружают. Транспорт. Правильное положение карандаша в руке ребенка. Знакомство с правилами работы в раскрасках (сначала обводим, затем раскрашиваем).

Форма занятия: урок-игра, беседа.

Дидактическое обеспечение: книги, этюды, иллюстрации.

КУРС «Речевое развитие»

(РАЗВИТИЕ РЕЧИ. ОБУЧЕНИЕ ГРАМОТЕ)

«Речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха; знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы; формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте».

Развивающая речевая среда.

Приучать детей — будущих школьников — проявлять инициативу с целью получения новых знаний.

Совершенствовать речь как средство общения.

Выяснять, что дети хотели бы увидеть своими глазами, о чем хотели бы узнать, в какие настольные и интеллектуальные игры хотели бы научиться играть, какие мультфильмы готовы смотреть повторно и почему, какие рассказы (о чем) предпочитают слушать и т.п.

Опираясь на опыт детей и учитывая их предпочтения, подбирать наглядные материалы для самостоятельного восприятия с последующим обсуждением с воспитателем и сверстниками.

Уточнять высказывания детей, помогать им более точно характеризовать объект, ситуацию; учить высказывать предположения и делать простейшие выводы, излагать свои мысли понятно для окружающих.

Продолжать формировать умение отстаивать свою точку зрения.

Помогать осваивать формы речевого этикета.

Продолжать содержательно, эмоционально рассказывать детям об интересных фактах и событиях.

Приучать детей к самостоятельности суждений.

Формирование словаря. Связная речь.

Продолжать работу по обогащению бытового, природоведческого,

обществоведческого словаря детей.

Побуждать детей интересоваться смыслом слова.

Совершенствовать умение использовать разные части речи в точном соответствии с их значением и целью высказывания.

Помогать детям осваивать выразительные средства языка.

Продолжать совершенствовать диалогическую и монологическую формы речи.

Формировать умение вести диалог между воспитателем и ребенком, между детьми; учить быть доброжелательными и корректными собеседниками, воспитывать культуру речевого общения.

Продолжать учить содержательно и выразительно пересказывать литературные тексты, драматизировать их.

Совершенствовать умение составлять рассказы о предметах, о содержании картины, по набору картинок с последовательно развивающимся действием. Помогать составлять план рассказа и придерживаться его.

Развивать умение составлять рассказы из личного опыта.

Продолжать совершенствовать умение сочинять короткие сказки на заданную тему.

Звуковая культура речи.

Совершенствовать умение различать на слух и в произношении все звуки родного языка. Отрабатывать дикцию: учить детей внятно и отчетливо произносить слова и словосочетания с естественными интонациями.

Совершенствовать фонематический слух: учить называть слова с определенным звуком, находить слова с этим звуком в предложении, определять место звука в слове.

Отрабатывать интонационную выразительность речи.

Грамматический строй речи.

Продолжать упражнять детей в согласовании слов в предложении.

Совершенствовать умение образовывать (по образцу) однокоренные слова, существительные с суффиксами, глаголы с приставками, прилагательные в сравнительной и превосходной степени.

Помогать правильно строить сложноподчиненные предложения, использовать языковые средства для соединения их частей (чтобы, когда, потому что, если, если бы и т.д.).

Подготовка к обучению грамоте.

Дать представления о предложении (без грамматического определения).

Упражнять в составлении предложений, членении простых предложений (без союзов и предлогов) на слова с указанием их последовательности.

Учить детей делить двусложные и трехсложные слова с открытыми слогами (на-ша Ма-ша, ма-ли-на, бе-ре-за) на части.

Учить составлять слова из слогов (устно).

Учить выделять последовательность звуков в простых словах

Учебно-тематический план

Курс «Речевое развитие»

Наименование занятий, тем	Количество часов			Дата
	Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие.	1	1		
Курс «Речевое развитие»	40	6	34	
Тема 1: Развивающая речевая среда.	5	1	4	
Занятие 1. Нужно ли учиться говорить? Речь письменная и устная.		1		
Занятие 2. Вопросы – ответы. Диалог. Игра «Фантазёры»			1	
Занятие 3. Слова – «названия». Д\и «Назови скорей», «Кто найдёт слово»			1	
Занятие 4. Слова – «действия». Игра «Доскажи словечко»			1	
Занятие 5. Слова – «признаки». Схемы слов. Игра «Поиграем в слова»: кто такой и что умеет делать»			1	
Тема 2: Формирование словаря. Связная речь.	10	2	8	
Занятие 1. Будем знакомы! «Что в имени твоём?»		1		
Занятие 2. Рассказ по рисунку. Игра «Кто найдёт слово»			1	
Занятие 3. Рассказ по плану. Игра – эстафета «Цепочки слов»			1	
Занятие 4. Составление рассказа по серии картинок.			1	

Наблюдения за текстовыми синонимами				
Занятие 5. Составление рассказа по своим впечатлениям.			1	
Занятие 6. Рассказ-описание. Какое время года и почему ты особенно любишь»			1	
Занятие 7. Рассказ-рассуждение.			1	
Занятие 8. Слова-антонимы. Потешки . Игра «Телефонисты»		1		
Занятие 9. Инсценирование сказки.			1	
Занятие 10. Инсценирование сказки.			1	
Тема 3: «Звуковая культура речи»	5	1	4	
Занятие 1. Мир звуков и букв		1		
Занятие 2. Слово, слог. Деление слова на слоги. Слоговой аукцион «Кто больше?»			1	
Занятие 3. Знакомство с ударением. Грамматическая сказка «Волшебник Ударение». Игра «Кто больше»			1	
Занятие 4. Гласные звуки. Согласные звуки. Игра «Будь внимателен»			1	
Занятие 5. Слияние согласного звука с гласного. Игра «Буква заблудилась». Грамматическая сказка «В стране Азбуковедения»			1	
Тема 4: Грамматический строй речи.	10	1	9	
Занятие 1. Мы и наша речь.		1		
Занятие 2. Классификация слов на группы (дикие и домашние животные). Игра «Повтори-ка»			1	
Занятие 3. Классификация слов на группы (овощи и фрукты, и др.). Отгадывание кроссворда.			1	
Занятие 4. Имена собственные и нарицательные. Игра «Имена»			1	
Занятие 5. Предмет и слово.			1	
Занятие 6. Предметы одушевлённые и неодушевлённые.			1	
Занятие 7. Знакомство с понятием «предложение» и его графическим изображением. «Волшебные предложения»			1	
Занятие 8-9. Работа с деформированным предложением. Игра «Поставь точки»			1	
Занятие 9-10. Текст. Работа с деформированным текстом. Игра «Восстановите текст»			2	
Тема 5: «Подготовка к обучению грамоте»	10	1	9	
Занятие 1. Знакомство с Алфавитом. Обозначение		1		

звуков. «Песенка – азбука»				
Занятие 2. Гласные буквы А, а, обозначающие гласный звук [а] (печатные)			1	
Занятие 3. Согласные буквы Л, л, обозначающие согласный звук [л]», [л']» (печатные)			1	
Занятие 4. Слияние согласного звука с гласного			1	
Занятие 5. Гласные буквы И, и, обозначающие гласный звук [и] (печатные)			1	
Занятие 6. Согласные буквы Н, н, обозначающие согласный звук [н], [н'] (печатные)			1	
Занятие 7. Гласные буквы У, у, обозначающие гласный звук [у] (печатные)			1	
Занятие 8. Согласные буквы Т, т, обозначающие согласный звук [т], [т'] (печатные)			1	
Занятие 9-10. Итоговое занятие «Мудрецов-богатырей - знает каждый грамотей»			2	
ИТОГО	41	7	34	

**КУРС «Развитие математического мышления»
(МАТЕМАТИКА. РАЗВИТИЕ. КОНСТРУИРОВАНИЕ.)**

Для успешной подготовки детей к обучению в школе необходимы не столько определенные знания, сколько умение последовательно и логически мыслить, догадываться, умственно напрягаться. Содержание программы основано на принципах развивающего обучения с акцентом на развитие образных представлений. При развитии у ребенка **математических** представлений центральное место отводится обогащению сенсорного опыта путем ознакомления с величиной, формой, пространством; обучение строится по принципу постепенного движения от конкретного к абстрактному, от чувственного познания к логическому.

Перспективным и важным является проблемно-поисковый метод обучения дошкольников. В процессе решения проблемной ситуации ребенок использует известные способы действия, перенося их в незнакомые условия. Чаще всего дети пользуются двумя видами поисковых проб: практическими (действия в переключении, подборе) и мыслительными (обдумывание хода, предугадывание результата, предположение решения). Все это дает

основание для утверждения возможности приобщения дошкольников к элементам творческой деятельности.

На занятиях по формированию математических представлений дошкольников существенно знакомство с пространственной ориентацией, т.к. в это понятие входит оценка величин предметов, их форм, взаиморасположения и положения относительно предмета. Здесь дети пользуются словесной системой отсчета, ориентируясь на основе пространственных направлений: вперед – назад, вверху – внизу, слева – справа. Знакомство с предыдущими понятиями существенно облегчает понимание порядкового и количественного счета, выполнение арифметических действий.

Ориентировка в пространстве. Учить детей ориентироваться на ограниченной территории (лист бумаги, учебная доска, страница тетради, книги и т.д.); располагать предметы и их изображения в указанном направлении, отражать в речи их пространственное расположение (вверху, внизу, выше, ниже, слева, справа, левее, правее, в левом верхнем (правом нижнем) углу, перед, за, между, рядом и др.).

Познакомить с планом, схемой, маршрутом, картой. Развивать способность к моделированию пространственных отношений между объектами в виде рисунка, плана, схемы.

Учить «читать» простейшую графическую информацию, обозначающую пространственные отношения объектов и направление их движения в пространстве: слева направо, справа налево, снизу вверх, сверху вниз; самостоятельно передвигаться в пространстве, ориентируясь на условные обозначения (знаки и символы).

Величина. Учить считать по заданной мере, когда за единицу счета принимается не один, а несколько предметов или часть предмета.

Делить предмет на 2-8 и более равных частей путем сгибания предмета (бумаги, ткани и др.), а также используя условную меру; правильно обозначать части целого (половина, одна часть из двух (одна вторая), две части из четырех (две четвертых) и т.д.); устанавливать соотношение целого и части,

размера частей; находить части целого и целое по известным частям.

Формировать у детей первоначальные измерительные умения. Учить измерять длину, ширину, высоту предметов (отрезки прямых линий) с помощью условной меры (бумаги в клетку).

Учить детей измерять объем жидких и сыпучих веществ с помощью условной меры.

Дать представления о весе предметов и способах его измерения. Сравнить вес предметов (тяжелее — легче) путем взвешивания их на ладонях. Познакомить с весами.

Развивать представление о том, что результат измерения (длины, веса, объема предметов) зависит от величины условной меры.

Форма. Уточнить знание известных геометрических фигур, их элементов (вершины, углы, стороны) и некоторых их свойств.

Дать представление о многоугольнике (на примере треугольника и четырехугольника), о прямой линии, отрезке прямой.

Учить распознавать фигуры независимо от их пространственного положения, изображать, располагать на плоскости, упорядочивать по размерам, классифицировать, группировать по цвету, форме, размерам.

Моделировать геометрические фигуры; составлять из нескольких треугольников один многоугольник, из нескольких маленьких квадратов — один большой прямоугольник; из частей круга — круг, из четырех отрезков — четырехугольник, из двух коротких отрезков — один длинный и т. д.; конструировать фигуры по словесному описанию и перечислению их характерных свойств; составлять тематические композиции из фигур по собственному замыслу

Анализировать форму предметов в целом и отдельных их частей; воссоздавать сложные по форме предметы из отдельных частей по контурным образцам, по описанию, представлению.

Количество и счет. Развивать общие представления о множестве: умение формировать множества по заданным основаниям, видеть составные части множества, в которых предметы отличаются определенными

признаками.

Упражнять в объединении, дополнении множеств, удалении из множества части или отдельных его частей. Устанавливать отношения между отдельными частями множества, а также целым множеством и каждой его частью на основе счета, составления пар предметов или соединения предметов стрелками.

Совершенствовать навыки количественного и порядкового счета в пределах 10. Познакомить со счетом в пределах 20 без операций над числами.

Знакомить с числами второго десятка.

Закреплять понимание отношений между числами натурального ряда (7 больше 6 на 1, а 6 меньше 7 на 1), умение увеличивать и уменьшать каждое число на 1 (в пределах 10).

Учить называть числа в прямом и обратном порядке (устный счет), последующее и предыдущее число к названному или обозначенному цифрой, определять пропущенное число.

Знакомить с составом чисел в пределах 10.

Учить раскладывать число на два меньших и составлять из двух меньших большее (в пределах 10, на наглядной основе).

Познакомить с монетами достоинством 1, 5, 10 копеек, 1, 2, 5, 10 рублей (различение, набор и размен монет).

Учить на наглядной основе составлять и решать простые арифметические задачи на сложение (к большему прибавляется меньшее) и на вычитание (вычитаемое меньше остатка); при решении задач пользоваться знаками действий: плюс (+), минус (-) и знаком отношения равно (=).

Ориентировка во времени. Дать детям элементарные представления о времени: его текучести, периодичности, необратимости, последовательности всех дней недели, месяцев, времен года.

Учить пользоваться в речи понятиями: «сначала», «потом», «до», «после», «раньше», «позже», «в одно и то же время».

Развивать «чувство времени», умение беречь время, регулировать свою деятельность в соответствии со временем; различать длительность отдельных

временных интервалов (1 минута, 10 минут, 1 час).

Учить определять время по часам с точностью до 1 часа.

Учебно-тематический план

Курс «Развитие математического мышления»

Наименование занятий, тем	Количество часов			Дата
	Всего	Теория	Практика	
Курс «Развитие математического мышления»	40	3	37	
Тема 1: Ориентировка в пространстве	5		5	
Занятие 1. Понятия «на, над, под,». Игра «Составь узор»			1	
Занятие 2. Понятия «выше, ниже». Игра «Продолжи»			1	
Занятие 3. Понятия «раньше, позже». Игра «Угадайка»			1	
Занятие 4. Понятия «впереди, сзади». Игра «Разноцветный коврик»			1	
Занятие 5. Понятия «слева, справа, посередине». Игра «Разноцветный поясок»			1	
Тема 2: Величина	8	1	7	
Занятие 1. Знакомство с понятиями «один», «много». Игра «Домино»			1	
Занятие 2. Счёт предметов. Игра «Почтальон»			1	
Занятие 3. Сравнение групп предметов: больше, меньше, столько же. Игра «Больше? Меньше?»		1	2	
Занятие 4. Сравнение групп предметов: больше(меньше) на ...Игра «Угадайка»			1	
Занятие 5. Шире, уже. Сравнение по ширине и толщине. Игра «Что изменилось»			1	
Занятие 6. Длиннее, короче. Сравнение по длине. Измерение длины. Игра «Да» и «Нет» не говорить, «черного» и «белого» не называть.			1	
Тема 3: «Форма»	5	1	4	
Занятие 1. Сравнение предметов по форме: круглый, квадратный, треугольный. Игра «Составь фигуру»		1	2	
Занятие 2. Сравнение предметов по форме: круглый, квадратный, треугольный. Игра «Измени фигуру»			1	
Занятие 3. Сравнение предметов по форме: круглый, квадратный, треугольный. Игра «Угадай предмет»			1	
Тема 4: Количество и счет	17		17	
Занятие 1. Счёт предметов (реальных предметов).			1	

Игра «Слушай и считай»				
Занятие 2. Счёт предметов (реальных предметов и их изображений, движений звуков и др.). Игра «Поиск девятого»			1	
Занятие 3. Счёт до 2. Цифры 1 и 2.			1	
Занятие 4. Пара. Составление пар предметов. Игра «Найди два предмета»			1	
Занятие 5. Счёт до трёх. Число 3 и цифра 3. Треугольник. Игра «Называй - не зевай»			1	
Занятие 6. Счёт до четырёх. Число 4 и цифра 4. Квадрат. Прямоугольник			1	
Занятие 7. Счёт до 5. Число 5 и цифра 5. Игра «Продолжи счёт»			1	
Занятие 8. Счёт до 6. Число 6 и цифра 6. Игра «Покажи, сколько»			1	
Занятие 9. Счёт до 7. Число 7 и цифра 7. Игра «Где моё место?»			1	
Занятие 10. Счёт до 8. Число 8 и цифра 8. Игра «Заселяем домики»			1	
Занятие 11. Счёт до 9. Число 9 и цифра 9. Игра Занятие 12. «Считай внимательно»			1	
Занятие 13. Счёт до 10. Число 10 и цифра 10. Игра «Молчанка»			1	
Занятие 14. Число 0. Его получение и обозначение			1	
Занятие 15. Числовой ряд.			1	
Занятие 16. Порядковый счёт			2	
Занятие 17. Итоговое занятие «Раз, два, три, четыре, пять! Все умеем мы считать»			1	
Тема 5:	5	1	4	
Ориентировка во времени				
Временные представления: сначала, потом			1	
Временные представления: до, после			1	
Временные представления: раньше, позже			1	
Определение времени по часам с точность до часа		1	1	
ИТОГО	40	3	37	

КУРС «Готовим руку к письму»
«РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ»

Письмо в первом классе вызывает значительные затруднения учащихся. Причиной тому – неподготовленность детского сознания и детской руки к процессу письма. Поэтому необходима определенная подготовка к письму букв, основная идея которой – подготовить к письму без письма системой специальных упражнений. Они снижают психологическую нагрузку ребенка в процессе обучения письму в первом классе.

Подготовительная работа к обучению письму ведется по методике Е.Н.Потаповой. Программа обеспечена методическим пособием «Радость познания» (Москва «Просвещение» 1990). Применяется один из этапов подготовки к письму: развитие мускульной памяти – штриховка.

На занятиях штриховкой идет подготовка руки к работе. Дети штрихуют предметы, которые они нарисовали или построили при помощи фигурных линеек (трафаретов) с вырезанными на них геометрическими фигурами. Письмо по данной методике предполагает отработку основных двигательных элементов букв, то есть отрабатываются движения руки при письме. И в первую очередь отрабатываются такие штрихи: параллельные отрезки сверху вниз, снизу вверх, слева направо (но не справа налево). Расстояние между отрезками (штрихами) должно составлять ширину строчной буквы. На первых занятиях, чтобы было понятно направление штриха, то есть откуда и куда надо рисовать, на одном из отрезков движение указывается стрелкой. Вначале для штриховки дети используют трафарет с геометрическими фигурами. После того, как ученики научатся хорошо обводить их, штриховать параллельными отрезками, составлять из них простейшие предметы, они могут приступить к работе с другими трафаретами (с изображением предметов и фигур животных), а также лекалами. Дети обводят фигуры, штрихуют их, составляют различные композиции. После освоения штриховки параллельными отрезками, дети выполняют ее волнистыми линиями, полуовалами, петлями. Далее дети сами

составляют свои рисунки из фигур трафарета и лекала, по образцу учителя или самостоятельно составляют смысловые композиции.

Штриховка – это не только укрепление руки. Штриховка должна стать частью эстетического воспитания – важно научить детей видеть и привыкнуть создавать красоту. Работа со штриховкой увлекает детей, доставляет удовольствие и не утомляет. Кроме этого, на занятиях решаются и другие задачи – развитие пространственного мышления, обогащение словарного запаса и развитие устной речи.

Обведение по трафарету геометрических фигур, предметов помогает ребятам изображать предметы с натуры, не искажая пропорции и форму. Это подводит детей к пониманию симметрии, пропорции. Ребята проявляют изобретательность, моделируя, строя, конструируя предметы по представлению, по памяти. Составление, моделирование и штриховка предметов - это и способ развития речи, так как есть возможность попутно работать над словом, составлять небольшие рассказы по теме, расширять знания детей об окружающем мире.

Таким образом, на занятиях штриховкой основное внимание уделяется построению, штриховке и развитию речи, дети учатся мыслить и творить в процессе развития мускульной памяти.

Понятие о штрихе и штриховке, наклонной и прямой линиях. Обводка геометрических фигур, кривых линий по лекалу, фигур животных. Письмо отрезков сверху вниз, снизу вверх, слева направо (но не наоборот). Письмо наклонных штрихов сверху вниз и снизу вверх. Письмо круговыми движениями, овалами, полуовалами, петлями, волнистыми и зигзагообразными линиями.

Правила выполнения штриховки: не сближать штрихи, между ними должно быть 0,5 см, не выходить за контуры фигуры, соблюдать параллельность линий, их направление.

Учебно-тематический план

Курс «Готовим руку к письму»

Наименование занятий, тем	Количество часов			Дата
	Всего	Теория	Практика	
Курс «Готовим руку к письму»	14		14	
Тема 1: <i>Упражнения для развития мелкой моторики. Пальчиковые упражнения. Кинезиологические упражнения.</i>	5		5	
Занятие 1. Знакомство с прописью и рабочей строкой.			1	
Занятие 2. Горизонтальные и вертикальные линии.			1	
Занятие 3. Наклонные линии.			1	
Занятие 4. Параллельные линии			1	
Занятие 5. Орнаменты из различных линий			1	
Тема 2: <i>Рисование. Обведение по контуру.</i>	2		2	
Занятие 1. Обводка предметов по контуру «Обведи и раскрась».			1	
Занятие 2. Обводка предметов по контуру «Обведи и раскрась».			1	
Тема 3: <i>Виды штриховок. Работа с трафаретом.</i>	2		2	
Тема 4: <i>Штриховка. Узоры по клеточкам.</i>	2		2	
Тема 5: <i>Рисование по клеточкам. Раскрашивание картинок.</i>	3		3	
Занятие 1. Повторение изученного «Всё на что-нибудь похоже!»			2	
Занятие 2. Тест «Умеешь ли ты?»			1	

Родительские собрания, индивидуальные консультации

При подготовке детей к школе важна и необходима правильная помощь со стороны родителей. Цель работы с родителями: организация всеобщего обучения родителей по подготовке детей к школе. Родительские лекции и цикл консультаций «Советы психолога», предусмотренные в рамках программы информируют родителей об особенностях дошкольного возраста, организации учебного процесса, о роли семьи в развитии и воспитании

ребенка. В организации лекций и консультаций для родителей задействованы учителя начальной школы, психолог.

Октябрь:

1. Лекция «Родитель – это профессия».
2. Консультация психолога «Ваш ребенок пошёл в школу».

Ноябрь:

1. Лекция «Готов ли ваш ребенок к первому классу».
2. Консультация психолога «Формирование внимания, мышления и памяти ребенка в семейном воспитании».

Январь:

1. Лекция «Дидактические игры в семье как средство развития познавательной деятельности»
2. Консультация психолога « Развитие психических процессов детей 6-7 летнего возраста».

Март:

1. Лекция «Первые дни ребенка в школе»
2. Консультация психолога логопеда «Диагностика психолого-физиологической готовности детей к школе. Методические рекомендации по преодолению выявленных трудностей».

Кроме этого родители имеют возможность получать индивидуальные консультации учителей начальных классов, психолога, познакомиться с результатами диагностики каждую **субботу с 10.00-12.00.**

Праздники, развлечения

Отдых. Приобщать детей к интересной и полезной деятельности (игры, спорт, рисование, лепка, моделирование, слушание музыки, просмотр мультфильмов, рассматривание книжных иллюстраций и т.д.).

Развлечения. Формировать стремление активно участвовать в развлечениях, общаться, быть доброжелательными и отзывчивыми; осмысленно использовать приобретенные знания и умения в самостоятельной деятельности.

Развивать творческие способности, любознательность, память, воображение, умение правильно вести себя в различных ситуациях.

Расширять представления об искусстве, традициях и обычаях народов России, закреплять умение использовать полученные навыки и знания в жизни.

Праздники. Расширять представления детей о международных и государственных праздниках.

Развивать чувство сопричастности к народным торжествам.

Привлекать детей к активному, разнообразному участию в подготовке к празднику и его проведении.

Воспитывать чувство удовлетворения от участия в коллективной предпраздничной деятельности. Формировать основы праздничной культуры.

1. «Давайте познакомимся»;
2. «Хоровод у новогодней ёлки»;
3. «А ну-ка, девочки»;
4. «Вперёд, мальчишки»;
5. «Мы теперь не просто дети, мы теперь ученики».

Планируемые результаты программы

Данная программа предоставляет возможность планомерно достигать ожидаемых результатов.

Ожидаемые результаты:

- для родителей – удовлетворение потребности доступности подготовки детей к школе для всех социальных групп населения, а также объединение усилий ДОУ и семьи в укреплении здоровья, воспитания и обучения детей;
- для педагогов – создание условий для обеспечения преемственности дошкольного и начального образования;
- для детей – выравнивание стартовых возможностей обучение, формирование готовности к принятию новой социальной позиции – «позиции школьника», приобретение социального опыта общения со сверстниками и взрослыми.

Социальное развитие.

1. Ребенок спокойно идет на контакт со сверстниками и взрослыми.
2. Общается со сверстниками, знает правила общения.
3. Управляет своим поведением, знает, что можно и чего нельзя, неагрессивен, недрачлив.
4. Умеет общаться с чужими взрослыми, тактичен.
5. Хорошо адаптируется к новой обстановке, не меняет своего поведения, не возбуждается.
6. Умеет различать (чувствует) отношение и настроение взрослых.
7. Не избегает общения.

Предмет	УУД		
	личностные	предметные	метапредметные
<u>«Речевое развитие»</u>	<p>-освоить роль ученика; -развитие положительных мотивов к учебной деятельности; -воспитание позитивного эмоционально-ценностного отношения к русскому языку; -пробуждение познавательного интереса к языку.</p>	<p><u>знать:</u> -слова, обозначающие предметы, признаки, действия предметов; -звуки и буквы русского алфавита; -понятие ударения; -слова, состоящие из одних и тех же букв, расположенных в определённой последовательности; -отрывки из художественных произведений.</p> <p><u>уметь:</u> • Строить сложные предложения разных видов; • Составлять рассказы по картинке, по серии картинок, из опыта, небольшие сказки; • Самостоятельно, выразительно, последовательно передавать содержание небольших</p>	<p>-учиться работать по предложенному плану; -выработка умения работать в паре, группе; -добывать новые знания, опираясь на уже имеющиеся знания; -оформлять свою речь; -слушать и слышать речь других; -перерабатывать полученную информацию; -сравнивать и группировать предметы и явления.</p>

		<p>литературных текстов;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Драматизировать небольшие произведения; • Находить слова с определённым звуком, определять место звука в слове; • Составлять предложения из 3-4 слов; • Членить простые предложения на слова; • Членить слова на слоги (части) 	
<p><u>«Развитие математического мышления»</u></p>	<p>-формирование интереса (мотивации) к изучению предмета математики;</p> <p>-развитие навыков сотрудничества;</p> <p>-развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки;</p> <p>-развитие чувств доброжелательности, отзывчивости, сопереживания.</p>	<p><u>знать:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • состав чисел первого десятка и состав чисел первого пятка из 2 меньших; • как получить каждое число первого десятка, прибавляя единицу к предыдущему и вычитая единицу из следующего за ним в ряду; • цифры 0,1,2,3,4,5,6,7,8,9; знаки +, -, =; • название текущего месяца, последовательность дней недели. <p><u>уметь:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • называть числа в прямом и обратном порядке; 	<p>-овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи урока математик;</p> <p>-умение оценивать свои успехи и неудачи.</p> <p>-овладение первоначальными умениями выполнения логических действий : анализа , синтеза, сравнения.</p> <p>-формировать умения слушать, вести диалог и высказывать свою точку зрения.</p> <p>-умение применять полученные знания на практике, в жизни.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • соотносить цифру и число предметов; • измерять длину предметов с помощью условной меры; • ориентироваться на листе клетчатой бумаги. • составлять из нескольких треугольников, четырёхугольников фигуры большего размера. 	
<p><u>«Готовим руку к письму»</u></p>		<p><u>знать:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • правила гигиены письма, • правила сохранения правильного положения головы, корпуса, рук, тетради, карандаша в руке; <p><u>уметь:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • штриховать в заданном направлении, не выходя за границы контура фигуры и соблюдая расстояние между штрихами. • правильно сидеть при письме. • правильно держать карандаш при письме. • ориентироваться в пространстве листа, строки, в элементах письма, 	

Список литературы для педагога.

1. Бардин В.К. Подготовка ребёнка к школе. М.: ТЦ Сфера, 2003.
2. Безруких М.М. Ступеньки к школе. М.: Дрофа, 2001.
3. Волина В.В. Праздник числа. Книга для учителей и родителей. М.: Знание, 1993
4. Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Г., Щербинина С.В. Развиваем руки – чтоб учиться и писать, и красиво рисовать. Ярославль: Академия развития, 2000.
5. Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Г., Щербинина С.В. Готовим руку к письму. Рабочая тетрадь. М.: РОСМЭН, 2004.
6. Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Г., Щербинина С.В. Рабочая тетрадь дошкольника. Подготовка к письму. М.: РОСМЭН, Часть 1, 2, 2003.
7. Головнева Н.Я., Ильина М.Н., Парамонова Л.Г. 365 проверочных заданий и упражнений для подготовки к школе. СПб.: Дельта, 2000.
8. Дружинин А.А., Дружинина О.А., Первый раз в первый класс. М.: ЗАО Центрополиграф, 2003.
9. Зверев А.Т. Экологические игры. М.: Дом педагогики, 1988.
10. Кабанова М.Н. Готовимся к школе. Практические задания, тесты, советы психолога. М.: ОЛМА- ПРЕСС, 2001.
11. Ковалёва Е.А., Сеницына Е.О. Готовим ребёнка к школе. М.: Лист – Нью, 2000.
12. Морозова О.В. Я иду в школу. Ростов н/Д.: Феникс, 2000.
13. Петерсон Л.Г., Кочемсова Е.Е. Игралочка. Часть 1, 2. М.: Баласс, 2002.
14. Светлова И.Е. Домашний логопед. М.: Эскиммо, 2002.
15. Сиротюк А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. М.: ТЦ Сфера, 2003.
16. Узорова О.В., Нефедова Е.А. Пальчиковая гимнастика. М.: АСТ Астрель, 2002.

17. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. СПб.: Лань, 1999.
18. Бабаева Т.И. «У школьного порога», М. «Просвещение», 1993г.
19. Буре Р.С. «Готовим детей к школе», М. «Просвещение», 1987г.
20. Дьяченко О.М., Веракса Н.Е. «Чего на свете не бывает?», М., «Знание», 1994г.
21. Михайлова Л.С. «Как подготовить ребенка к школе» (часть I, II), Волгоград «Учитель», 2002г.
22. Зедгенидзе В.Я. Формирование здоровья ребенка /В.Я. Зедгенидзе //Современный детский сад. - 2007. - №1.
23. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. - М., 2002.
24. Педагогика и психология здоровья /Под ред. Н.К. Смирнова. - М.: АПКиПРО, 2003.

Список литературы для родителей.

1. *Зажигина, М.А.* Чего не стоит делать родителям, но что они всё равно делают. Родительская библиотека. – М.: Генезис, 3-е изд., 2010.
2. *Лифиц Е.А., Лифиц И.В.* Развитие речи, движения и мелкой моторики. – М.: Айрис-Пресс, 2010.
3. *Млодик, И.* Книга для неидеальных родителей, или Жизнь на свободную тему. Родительская библиотека. – М.: Генезис, 4-е изд., 2010.
4. Шарманова С.Б. Роль родителей в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни /С.Б. Шарманова //Управление ДОУ. - 2006. - №4.
5. Колесникова Е.В. Математика для дошкольников 5-6 лет. – М.:2012
6. Волина В.В. Праздник числа. Книга для учителей и родителей. М.: Знание,1993
7. Светлова И.Е. Домашний логопед. М.:Эскиммо,2002.

Список литературы для дошкольников.

Русский фольклор:

Сказки и былины. «Илья Муромец и Соловей-разбойник» (запись А. Гильфердинга, отрывок); «Василиса Прекрасная», «Белая уточка» (из сборника сказок А. Н. Афанасьева); «Волк и лиса», обр. И. Соколова-Микитова; «Добрыня и Змей», пересказ Н. Колпаковой; «Снегурочка» (по народным сюжетам); «Чудесное облачко», обр. Л. Елисеевой; «Садко» (запись П. Рыбникова, отрывок); «Семь Симеонов — семь работников», обр. И. Карнауховой; «Сынко-Филипко», пересказ Е. Поленовой; «Не плюй в колодец — пригодится воды напиться», обр. К. Ушинского.

Фольклор народов мира:

Сказки. Из сказок Ш. Перо (франц.): «Мальчик-с-пальчик», пер. Б. Дехтерева, «Кот в сапогах», пер. Т. Габбе; «Айюга», нанайск., обр. Д. Нагишкина; «Каждый своё получил», эстон., обр. М. Булатова; «Голубая птица», туркм. обр. А. Александровой и М. Туберовского; «Беляночка и Розочка», пер. с нем. Л. Кон; «Самый красивый наряд на свете», пер. с япон. В. Марковой.

Литературные сказки поэтов и писателей России: А. Пушкин, «Сказка о мёртвой царевне и о семи богатырях»; А. Ремизов, «Хлебный колосок»; К. Паустовский, «Тёплый хлеб»; А. Усачёв. «Про умную собачку Соню» (главы); В. Даль, «Старик-годовик»; П. Ершов, «Конёк-Горбунок»; К. Ушинский, «Слепая лошадь»; К. Драгунская, «Лекарство от послушности»; А. Ремизов, «Гуси-лебеди»; И. Соколов-Микитов, «Соль земли»; Н. Носов, «Бобик в гостях у Барбоса»; Г. Скребицкий, «Всяк по-своему»; Г. Фаллада, «Истории из Бедокурии» (главы), пер. с нем. Л. Цывьяна.

Литературные сказки поэтов и писателей разных стран: **Х.К. Андерсен**, «Дюймовочка», пер. с дат. А. Ганзен; Ф. Зальтен, «Бемби», пер. с нем. Ю. Нагибина; Б. Поттер, А. Линдгрэн, «Принцесса, не желающая играть в куклы», пер. со швед. Е. Соловьевой; С. Топелиус, «Три ржаных колоска», пер. со швед. А. Любарской; М. Эме, «Краски», пер. с франц. И. Кузнецовой; Х.К. Андерсен «Гадкий утёнок», пер. с дат. А. Ганзен; .

Примерный список текстов для заучивания наизусть для детей

- Я. Аким. «Апрель» ;
П. Воронько. «Лучше нет родного края», пер. с укр. С. Маршака;
Е. Благинина «Шинель»;
Н. Гернет и Д. Хармс. «Очень-очень вкусный пирог»;
С. Есенин. «Берёза»;
С. Маршак. «Таёт месяц молодой...»;
Э. Мошковская. «Добежали до вечера»;
В. Орлов. «Ты лети к нам, скворушка»;
А. Пушкин «Уж небо осенью дышало...» (из романа «Евгений Онегин»);
Н. Рубцов. «Про зайца»;
И. Суриков. «Зима»;
П. Соловьева «Подснежник»;
Ф. Тютчев. «Зима недаром злится».

Комплексы упражнений для глаз

Упражнения выполняются сидя или стоя, отвернувшись от экрана при ритмичном дыхании, с максимальной амплитудой движения глаз.

Вариант 1

1. Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1 - 4, затем раскрыть глаза, расслабив мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

2. Посмотреть на переносицу и задержать взор на счет 1 - 4. До усталости глаза не доводить. Затем открыть глаза, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

3. Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1 - 4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1 - 6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3 - 4 раза.

4. Перенести взгляд быстро по диагонали: направо вверх - налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1 - 6; затем налево вверх направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

Вариант 2

1. Закрывать глаза, не напрягая глазные мышцы, на счет 1 - 4, широко раскрыть глаза и посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

2. Посмотреть на кончик носа на счет 1 - 4, а потом перевести взгляд вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

3. Не поворачивая головы (голова прямо), делать медленно круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз-вправо. Затем посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

4. При неподвижной голове перевести взор с фиксацией его на счет 1 - 4 вверх, на счет 1 - 6 прямо; после чего аналогичным образом вниз-прямо, вправо-прямо, влево-прямо. Прodelать движение по диагонали в одну и другую стороны с переводом глаз прямо на счет 1 - 6. Повторить 3 - 4 раза.

Вариант 3

1. Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая глазные мышцы, насчет 10 - 15.

2. Не поворачивая головы (голова прямо) с закрытыми глазами, посмотреть направо на счет 1 - 4, затем налево на счет 1 - 4 и прямо на счет 1 - 6. Поднять глаза вверх на счет 1 - 4, опустить вниз на счет 1 - 4 и перевести взгляд прямо на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

3. Посмотреть на указательный палец, удаленный от глаз на расстояние 25 - 30 см, на счет 1 - 4, потом перевести взор вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

4. В среднем темпе проделать 3 - 4 круговых движения в правую сторону, столько же в левую сторону и, расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 1 - 2 раза.

Комплексы упражнений физкультурных минуток

ФМ общего воздействия

1 комплекс

1. И. п. - о. с. 1 - 2 - встать на носки, руки вверх-наружу, потянуться вверх за руками, 3 - 4 - дугами в стороны руки вниз и расслабленно скрестить перед грудью, голову наклонить вперед. Повторить 6 - 8 раз. Темп быстрый.

2. И. п. - стойка ноги врозь, руки вперед, 1 - поворот туловища направо, мах левой рукой вправо, правой назад за спину. 2 и. п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Упражнения выполняются размашисто, динамично. Повторить 6 - 8 раз. Темп быстрый.

3. И. п. 1 - согнуть правую ногу вперед и, обхватив голень руками, притянуть ногу к животу. 2 - приставить ногу, руки вверх-наружу, 3 - 4 - то же другой ногой. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

2 комплекс

1. И. п. - о. с. 1 - 2 - дугами внутрь два круга руками в лицевой плоскости. 3 - 4 - то же, но круги наружу. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2. И. п. - стойка ноги врозь, правую руку вперед, левую на пояс. 1 - 3 - круг правой рукой вниз в боковой плоскости с поворотом туловища направо. 4 - заканчивая круг, правую руку на пояс, левую вперед. То же в другую сторону. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И. п. - о. с. 1 - с шагом вправо руки в стороны. 2 - два пружинящих наклона вправо. Руки на пояс. 4 - и. п. 1 - 4 - то же влево. Повторить 4 - 6 раз в каждую сторону. Темп средний.

3 комплекс

1. И. п. - стойка ноги врозь, 1 - руки назад. 2 - 3 - руки в стороны и вверх, встать на носки. 4 - расслабляя плечевой пояс, руки вниз с небольшим наклоном вперед. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И. п. - стойка ноги врозь, руки согнутые вперед, кисти в кулаках. 1 - с поворотом туловища налево «удар» правой рукой вперед. 2 - и. п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Дыхание не задерживать.

4 комплекс

1. И. п. - руки в стороны. 1 - 4 - восьмеркообразные движения руками. 5 - 8 - то же, но в другую сторону. Руки не напрягать. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный. Дыхание произвольное.

2. И. п. - стойка ноги врозь, руки на поясе. 1 - 3 - три пружинящих движения тазом вправо, сохраняя и. п. плечевого пояса. 4 и. п. Повторить 4 - 6 раз в каждую сторону. Темп средний. Дыхание не задерживать.

3. И. п. - о. с. 1 - руки в стороны, туловище и голову повернуть налево. 2 - руки вверх. 3 - руки за голову. 4 - и. п. Повторить 4 - 6 раз в каждую сторону. Темп медленный.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Физкультминутка для улучшения мозгового кровообращения

1 комплекс

1. И. п. - о. с. 1 - руки за голову; локти развести пошире, голову наклонить назад. 2 - локти вперед, 3 - 4 - руки расслабленно вниз, голову наклонить вперед. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И. п. - стойка ноги врозь, кисти в кулаках. 1 - мах левой рукой назад, правой вверх - назад. 2 - встречными махами переменить положение рук. Махи заканчивать рывками руками назад. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И. п. - сидя на стуле. 1 - 2 отвести голову назад и плавно наклонить назад. 3 - 4 - голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2 комплекс

1. И. п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - 2 - круг правой рукой назад с поворотом туловища и головы направо. 3 - 4 - то же левой рукой. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И. п. - стоя или сидя, руки в стороны, ладони вперед, пальцы разведены. 1 - обхватив себя за плечи руками возможно крепче и дальше. 2 - и. п. То же налево. Повторить 4 - 6 раз. Темп быстрый.

3. И. п. - сидя на стуле, руки на пояс. 1 - повернуть голову направо. 2 - и. п. То же налево. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

3 комплекс

1. И. п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - махом левую руку занести через правое плечо, голову повернуть налево. 2 - и. п. 3 - 4 - то же правой рукой. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И. п. - о. с. Хлопок в ладоши за спиной, руки поднять назад возможно выше. 2 - движение рук через стороны, хлопок в ладоши впереди на уровне головы. Повторить 4 - 6 раз. Темп быстрый.

3. И. п. - сидя на стуле. 1 - голову наклонить вправо. 2 и. п. 3 - голову наклонить влево. 4 - и. п. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

4 комплекс

1. И. п. - стоя или сидя. 1 - руки к плечам, кисти в кулаки, голову наклонить назад. 2 - повернуть руки локтями кверху, голову наклонить вперед. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2. И. п. - стоя или сидя, руки в стороны. 1 - 3 - три рывка согнутыми руками внутрь: правой перед телом, левой за телом. 4 и. п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 4 - 6 раз. Темп быстрый.

3. И. п. - сидя. 1 - голову наклонить вправо. 2 - и. п. 3 - голову наклонить влево. 4 - и. п. 5 - голову повернуть направо. 6 - и. п. 7 - голову повернуть налево. 8 - и. п. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Физкультминутка для снятия утомления с плечевого пояса и рук

1 комплекс

1. И. п. - о. с. 1 - поднять плечи. 2 - опустить плечи. Повторить 6 - 8 раз, затем пауза 2 - 3 с, расслабить мышцы плечевого пояса. Темп медленный.

2. И. п. - руки согнуты перед грудью. 1 - 2 - два пружинящих рывка назад согнутыми руками. 3 - 4 - то же прямыми руками. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И. п. - стойка ноги врозь. 1 - 4 - четыре последовательных круга руками назад. 5 - 8 - то же вперед. Руки не напрягать, туловище не поворачивать. Повторить 4 - 6 раз. Закончить расслаблением. Темп средний.

2 комплекс

1. И. п. - о. с. - кисти в кулаках. Встречные махи руками вперед и назад. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2. И. п. - о. с. 1 - 4 - дугами в стороны руки вверх, одновременно делая ими небольшие воронкообразные движения. 5 - 8 - дугами в стороны руки расслабленно вниз и потрясти кистями. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И. п. - тыльной стороной кисти на пояс. 1 - 2 - свести вперед, голову наклонить вперед. 3 - 4 - локти назад, прогнуться. Повторить 6 - 8 раз, затем руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.

3 комплекс

1. И. п. - стойка ноги врозь, руки в стороны, ладони кверху. 1 - дугой кверху расслабленно правую руку влево с хлопками в ладони, одновременно туловище повернуть налево. 2 - и. п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Руки не напрягать. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

2. И. п. - о. с. 1 - руки вперед, ладони книзу. 2 - 4 зигзагообразными движениями руки в стороны. 5 - 6 - руки вперед. 7 - 8 - руки расслабленно вниз. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И. п. - о. с. 1 - руки свободно махом в стороны, слегка прогнуться. 2 - расслабляя мышцы плечевого пояса, «уронить» руки и приподнять их скрестно перед грудью. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

4 комплекс

1. И. п. - о. с. 1 - дугами внутрь, руки вверх - в стороны, прогнуться, голову назад. 2 - руки за голову, голову наклонить вперед. 3 - «уронить» руки. 4 - и. п. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2. И. п. - руки к плечам, кисти в кулаках. 1 - 2 - напряженно повернуть руки предплечьями и выпрямить их в стороны, кисти тыльной стороной вперед. 3 - руки расслабленно вниз. 4 - и. п. Повторить 6 - 8 раз, затем расслабленно вниз и встряхнуть кистями. Темп средний.

3. И. п. - о. с. 1 - правую руку вперед, левую вверх. 2 - поменять положение рук. Повторить 3 - 4 раз, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Физкультминутка для снятия утомления с туловища и ног

1 комплекс

1. И. п. - о. с. 1 - шаг влево, руки к плечам, прогнуться. 2 - и. п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

2. И. п. - стойка ноги врозь. 1 - упор присев. 2 - и. п. 3 наклон вперед, руки впереди. 4 - и. п. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И. п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - 3 - круговые движения тазом в одну сторону. 4 - 6 - то же в другую сторону. 7 - 8 - руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2 комплекс

1. И. п. - о. с. 1 - выпад влево, руки дугами внутрь, вверх в стороны. 2 - толчком левой приставить ногу, дугами внутрь руки вниз. 3 - 4 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

2. И. п. - о. с. 1 - 2 - присед на носках, колени врозь, руки вперед - в стороны. 3 - встать на правую, мах левой назад, руки вверх, 4 - приставить левую, руки свободно вниз и встряхнуть руками. 5 - 8 - то же с махом правой ногой назад. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И. п. - стойка ноги врозь. 1 - 2 - наклон вперед, правая рука скользит вдоль ноги вниз, левая, сгибаясь, вдоль тела вверх. 3 - 4 - и. п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3 комплекс

1. И. п. - руки скрестно перед грудью. 1 - взмах правой ногой в сторону, руки дугами книзу, в стороны. 2 - и. п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

2. И. п. - стойка ноги врозь пошире, руки вверх - в стороны. 1 - полуприсед на правой, левую ногу повернуть коленом внутрь, руки на пояс. 2 - и. п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И. п. - выпад левой вперед. 1 - мах руками направо с поворотом туловища направо. 2 - мах руками налево с поворотом туловища налево. Упражнения выполнять размашисто расслабленными руками. То же с выпадом правой. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

4 комплекс

1. И. п. - стойка ноги врозь, руки вправо. 1 - полуприседая и наклоняясь, руки махом вниз. Разгибая правую ногу, выпрямляя туловище и передавая тяжесть тела на левую ногу, мах руками влево. 2 - то же в другую сторону. Упражнения выполнять слитно. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2. И. п. - руки в стороны. 1 - 2 - присед, колени вместе, руки за спину. 3 - выпрямляя ноги, наклон вперед, руками коснуться пола. 4 - и. п. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И. п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - резко повернуть таз направо. 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

Комплексы упражнений физкультурных пауз

Физкультурная пауза 1

Ходьба на месте 20 - 30 с. Темп средний.

1. Исходное положение (и. п.) - основная стойка (о. с.). 1 - руки вперед, ладони книзу. 2 - руки в стороны, ладони кверху, 3 - встать на носки, руки вверх, прогнуться. 4 - и. п. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И. п. - ноги врозь, немного шире плеч. 1 - 3 наклон назад, руки за спину. 3 - 4 - и. п. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И. п. - ноги на ширине плеч. 1 - руки за голову, поворот туловища направо. 2 - туловище в и. п., руки в стороны, наклон вперед, голову назад. 3 - выпрямиться, руки за голову, поворот туловища налево. 4 - и. п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 раз. Темп средний.

4. И. п. - руки к плечам. 1 - выпад вправо, руки в стороны. 2 - и. п. 3 - присесть, руки вверх. 4 - и. п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 раз. Темп средний.

5. И. п. - ноги врозь, руки на пояс. 1 - 4 - круговые движения туловищем вправо. 5 - 8 - круговые движения туловищем влево. Повторить 4 раза. Темп средний.

6. И. п. - о. с. 1 - мах правой ногой назад, руки в стороны. 2 - и. п. 3 - 4 - то же левой ногой. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

7. И. п. - ноги врозь, руки на пояс. 1 - голову наклонить вправо. 2 - не выпрямляя головы, наклонить ее назад. 3 - голову наклонить вперед. 4 - и. п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

Физкультурная пауза 2

Ходьба на месте 20 - 30 с. Темп средний.

1. И. п. - о. с. Руки за голову. 1 - 2 - встать на носки, прогнуться, отвести локти назад. 3 - 4 - опуститься на ступни, слегка наклониться вперед, локти вперед. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

2. И. п. - о. с. 1 - шаг вправо, руки в стороны. 2 - повернуть кисти ладонями вверх. 3 - приставить левую ногу, руки вверх. 4 - руки дугами в стороны и вниз, свободным махом скрестить перед грудью. 5 - 8 - то же влево. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И. п. - стойка ноги врозь, руки в стороны. 1 - наклон вперед к правой ноге, хлопок в ладони. 2 - и. п. 3 - 4 то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

4. И. п. - стойка ноги врозь, левая впереди, руки в стороны или на поясе. 1 - 3 - три пружинистых полуприседа на левой ноге. 4 - переменить положение ног. 5 - 7 - то же, но правая нога впереди левой. Повторить 4 - 6 раз. Перейти на ходьбу 20 - 25 с. Темп средний.

5. И. п. - стойка ноги врозь пошире. 1 - с поворотом туловища влево, наклон назад, руки назад. 2 - 3 - сохраняя положение туловища в повороте, пружинистый наклон вперед, руки вперед. 4 - и. п. 5 - 8 - то же, но поворот туловища вправо. Повторить по 4 - 6 раз в каждую сторону. Темп медленный.

6. И. п. - придерживаясь за опору, согнуть правую ногу, захватив рукой за голень. 1 - вставая на левый носок, мах правой ногой назад, правую руку в сторону - назад. 2 - и. п. 3 - 4 - то же, но согнуть левую ногу. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

7. И. п. - о. с. 1 - руки назад в стороны, ладони наружу, голову наклонить назад. 2 - руки вниз, голову наклонить вперед. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

Физкультурная пауза 3

Ходьба на месте 20 - 30 с. Темп средний.

1. И. п. - о. с. Правой рукой дугой внутрь. 2 - то же левой и руки вверх, встать на носки. 3 - 4 - руки дугами в стороны. И. п. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И. п. - о. с. 1 - с шагом вправо руки в стороны, ладони кверху. 2 - с поворотом туловища направо дугой кверху левую руку вправо с хлопком в ладони. 3 - выпрямиться. 4 - и. п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И. п. - стойка ноги врозь. 1 - 3 - руки в стороны, наклон вперед и три размашистых поворота туловища в стороны. 4 - и. п. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

4. И. п. - о. с. 1 - 2 - присед, колени врозь, руки вперед. 3 - 4 - встать, правую руку вверх, левую за голову. 5 - 8 - то же, но правую за голову. Повторить 6 - 10 раз. Темп медленный.

5. И. п. - о. с. 1 - выпад влево, руки в стороны. 2 - 3 - руки вверх, два пружинистых наклона вправо. 4 - и. п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

6. И. п. - правую руку на пояс, левой поддерживаться за опору. 1 - мах правой ногой вперед. 2 - мах правой ногой назад, захлестывая голень. То же проделать левой ногой. Повторить по 6 - 8 махов каждой ногой. Темп средний.

7. И. п. - о. с. 1 - 2 - правую ногу назад на носок, руки слегка назад с поворотом ладоней наружу, голову наклонить назад. 3 - 4 ногу приставить, руки расслабленно опустить, голову наклонить вперед. 5 - 8 то же, отставляя другую ногу назад. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

Зрительная гимнастика во время работы на компьютере

Упражнение 1 со зрительными метками

В кабинете заранее подвешиваются высоко на стенах, углах, в центре стены яркие зрительные метки. Ими могут быть игрушки или красочные картинки (4 - 6 меток). Игрушки (картинки) целесообразно подбирать так, чтобы они составляли единый зрительно-игровой сюжет, например, из известных сказок. Сюжеты преподаватель может придумывать сам и менять их время от времени. Примерами игровых сюжетов могут быть следующие. В центре стены помещается машина (или голубь, или самолетик, или бабочка). В углах под потолком стены - цветные гаражи. Детям предлагается проследить взором проезд машины в гаражи или на ремонтную площадку. Голубь может лететь на веточку или в домик.

Методика проведения упражнения

- Поднять детей с рабочих мест: упражнение проводится у рабочего места.
- Объяснить детям, что они должны делать: по команде преподавателя, не поворачивая головы, одним взглядом глаз, проследить движение машины в синий гараж, затем в зеленый и т.д.
- Преподаватель предлагает переводить взгляд с одной метки на другую под счет 1- 4.
- Целесообразно показывать детям, на каком предмете необходимо каждый раз останавливать взгляд. Можно направлять взгляд ребенка последовательно на каждую метку, а можно - в случайном порядке.
- Скорость перевода взгляда не должна быть очень большой. Переводить взгляд надо так медленно, чтобы за все упражнение было не больше 12 фиксаций глаз.
- Преподаватель должен вести контроль за тем, чтобы дети во время выполнения упражнения не поворачивали головы.

Упражнение 2 со зрительными метками и поворотами головы

Выполняется так же, как предыдущее упражнение, но дети должны выполнять его с поворотами головы.

Игровым объектом может служить елочка, которую нужно нарядить. Необходимые для этой цели игрушки и зверушки дети должны отыскивать по всему компьютерному залу.

Методика выполнения упражнения

1. Преподаватель просит детей подняться с рабочих мест и стоять около стула, лицом к преподавателю.
2. Объясняется задача: вот елочка (на столе, или большое изображение елочки на картинке в центре стены или чуть ниже), ее нужно нарядить.
3. Преподаватель просит соблюдать следующие условия: «Стойте прямо, не сдвигая с места ног, поворачивая одну лишь голову, отыщите в компьютерном зале игрушки, которыми можно было бы нарядить елочку и назовите их».

4. Темп выполнения упражнения - произвольный.
5. Продолжительность - 1 мин.

ПРИЛОЖЕНИЕ 8

Зрительная гимнастика после компьютерного занятия

Выполняется сидя или стоя, при ритмичном дыхании, с максимальной амплитудой движения глаз. Рекомендуются следующие варианты упражнений.

Упражнение 1

Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1 - 4, затем раскрыть глаза, расслабив мышцы глаз, посмотреть вдаль через окно на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

Упражнение 2

Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1 - 4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1 - 6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 2 раза.

Упражнение 3

Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая глазные мышцы, на счет 10 - 15.

Упражнение 4

Перенести взгляд быстро по диагонали: направо вверх - налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1 - 6; затем налево вверх - направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1 - 6.

Упражнение 5

Закрывать глаза, не напрягая глазные мышцы на счет 1 - 4, широко раскрыть глаза и посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 2 - 3 раза.

Упражнение 6

Не поворачивая головы (голова прямо), делать медленно круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз-вправо. Затем посмотреть вдаль на счет 1 - 6.

Упражнение 7

При неподвижной голове перевести взор с фиксацией его на счет 1 - 4 вверх, на счет 1 - 6 прямо; после чего аналогичным образом вниз-прямо, вправо-прямо, влево-прямо. Прodelать движение по диагонали в одну и другую стороны с переводом глаз прямо на счет 1 - 6.

Упражнение 8

В игровой комнате на оконном стекле на уровне глаз ребенка крепятся красные круглые метки диаметром 3 - 5 мм. За окном намечается какой-либо отдаленный предмет для фиксации взгляда вдали. Ребенка ставят около метки на стекле на расстоянии 30 - 35 см и предлагают ему посмотреть в течение 10 с на красную метку, затем перевести взгляд на отдаленный предмет за окном и зафиксировать взор на нем в течение 10 с. После этого поочередно переводить взгляд то на метку, то на выбранный предмет.

Продолжительность этой гимнастики 1 - 1,5 мин.

Гимнастика для снятия общего утомления

Упражнение 1

Исходное положение - стойка ноги врозь. По счету 1 - руки к плечам; 2 - руки поднять вверх, прогнуться; 3 - руки через стороны опустить вниз; 4 - вернуться в исходное положение. На счете 1 - 2 - вдох, на счете 3 - 4 - выдох. Повторить 3 раза.

Упражнение 2

Исходное положение - ноги врозь, руки перед грудью согнуты в локтях. По счету 1 - 2 - два рывка согнутыми руками назад; по счету 3 - 4 - два рывка назад прямыми руками; 5 - 6 - руки опустить. На счет 1 - 2 - выдох, 3 - 4 - вдох, 5 - 6 - выдох. Повторить 3 - 4 раза.

Упражнение 3

Исходное положение - ноги врозь, руки вверх. По счету 1 - не сдвигая с места ног, повернуть туловище вправо, 2 - придти в исходное положение, по счету 3 - повернуть туловище влево, по счету 4 - вернуться в исходное положение. На счет 1 - вдох, на счет 2 - выдох, на счет 3 - вдох, на счет 4 - выдох. Повторить 3 - 4 раза.

Упражнение 4

Исходное положение - руки вниз, ноги широко расставить. По счету 1 - 2 - руки соединить в замок и поднять вверх за голову. По счету 3 - резко опустить руки вниз, по счету 4 - вернуться в исходное положение. На счет 1 - 2 - вдох, на счет 3 - 4 - выдох. Повторить 3 раза.

Это упражнение еще называют «рубка дров».

Все эти 4 упражнения выполняются в среднем темпе. Важно учесть то, что физические упражнения должны быть направлены на снятие напряжения с верхнего плечевого пояса и улучшение кровообращения головы и всего тела ребенка. Недопустимо проведение физкультурминуток в помещении компьютерного зала так же как недопустимо позволять детям бегать и переходить на подвижные игры возле компьютеров.

Упражнения для формирования диафрагмального выдоха

Задуй свечку.

Дети держат полоски бумаги на расстоянии около 10 см. от губ. Детям предлагается медленно и тихо подуть на «свечку» так, чтобы пламя свечи отклонилось. Логопед отмечает тех детей, кто дольше дул на свечу.

Лопнула шина.

Исходное положение: дети разводят руки перед собой, изображая круг – «шину». На выдохе дети произносят медленно «ш-ш-ш». Руки скрещиваются, так что правая рука ложится на левое плечо и наоборот. Грудная клетка в момент выдоха легко сжимается. Занимая исходное положение, дети делают произвольный вдох.

Накачать шину.

Детям предлагается накачать «лопнувшую шину» дети «сжимают» перед грудью руки в кулаки, взяв воображаемую ручку «насоса». Медленный наклон вперёд сопровождается выдохом на звук «с-с-с». При выпрямлении вдох производится произвольно.

Воздушный шар.

Выполнение упражнения аналогично упражнению «Лопнула шина», но во время выдоха дети произносят звук «ф-ф-ф».

Жук жужжит.

Исходное положение: руки поднять в стороны и немного отвести назад словно крылья. Выдыхая, дети произносят «ж-ж-ж», опуская руки вниз. Занимая исходное положение, дети делают произвольно вдох.

Ворона.

Исходное положение: руки поднять через стороны вверх. Медленно опуская руки и приседая, дети произносят протяжно «Ка-а-а-р». Логопед хвалит тех «ворон», которые медленно спустились с дерева на землю. Занимая исходное положение, дети делают произвольно вдох.

Гуси.

Исходное положение: руки поставить на пояс. Медленно наклонить туловище вперёд, не опуская голову вниз. Произнести протяжно «Га-а-а». принимая исходное положение, производится вдох.

Примеры физкультминуток

-1-

Быстро встали, улыбнулись,
 Выше-выше подтянулись.
 Ну-ка плечи распрямите,
 Поднимите, опустите.
 Вправо, влево повернитесь,
 Рук коленями коснитесь.
 Сели, встали, сели, встали,
 И на месте побежали.
 Учится с тобою молодёжь
 Развивать и волю, и смекалку

-2-

Дружно с вами мы считали и про числа рассуждали,
 А теперь мы дружно встали, свои косточки размяли.
 На счет раз кулак сожмем, на счет два в локтях сожмем.
 На счет три — прижмем к плечам, на 4 — к небесам
 Хорошо прогнулись, и друг другу улыбнулись
 Про пятерку не забудем — добрыми всегда мы будем.
 На счет шесть прошу всех сесть.
 Числа, я, и вы, друзья, вместе дружная 7-я.

-3-

(Ученики за учителем повторяют движения)

Из - за парт мы выйдем дружно,
 Но шуметь совсем не нужно,
 Встали прямо, ноги вместе,
 Поворот кругом, на месте.
 Хлопнем пару раз в ладошки.
 И потопаем немножко.

-4-

А теперь представим, детки,
 Будто руки наши – ветки.
 Покачаем ими дружно,
 Словно ветер дует южный.
 Ветер стих. Вздохнули дружно.
 Нам урок продолжить нужно.
 Подравнялись, тихо сели
 И на доску посмотрели.

-5-

(Ученики повторяют движения за учителем)

Раз – подняться, подтянуться,
 Два – согнуться, разогнуться,
 Три – в ладоши три хлопка,
 Головою три кивка.

На четыре – руки шире.
Пять – руками помахать,
Шесть – за парты сесть опять.

-6-

На поляне стоит сосна,
к небу тянется она.
Тополь вырос рядом с ней,
быть он хочет подлинней.
(Стоя на одной ноге, потягиваемся – руки вверх,
потом то же, стоя на другой ноге)
Ветер сильный налетал,
все деревья раскачал.
(Наклоны корпуса влево-вправо)
Ветки гнутся взад-вперёд,
ветер их качает, гнет.
(Рывки руками перед грудью)
Будем вместе приседать –
раз, два, три, четыре, пять.
(Приседания)
А теперь на месте шаг,
выше ноги! Стой, раз, два.

-7-

«Под дождем». (ученики стоя повторяют движения за учителем)
Капля первая упала – кап! (поднимают руки вверх)
И вторая пробежала – кап! (руки в стороны)
Мы на небо посмотрели, (голову поднять вверх)
Капельки кап-кап запели, (наклоны головы вправо-влево)
Намочились лица, (наклоны головы вперёд-назад)
Мы их вытирали. (поднять руки вверх и встряхнуть кистями рук)
Туфли – посмотрите –
Мокрыми стали. (наклоны вперёд)
Плечами дружно поведем (плечи вверх-вниз)
И все капельки стряхнем. (кисти рук встряхнули)
От дождя убежим, (бег на месте)
Под кусточком посидим. (сесть за парту)

-8-

Рисуй глазами треугольник
Рисуй глазами треугольник.
Теперь его переверни
Вершиной вниз.
И вновь глазами
ты по периметру веди.
Рисуй восьмерку вертикально.
Ты головою не крути,
А лишь глазами осторожно
Ты вдоль по линиям води.

И на бочок ее клади.
Теперь следи горизонтально,
И в центре ты остановись.
Зажмурься крепко, не ленись.
Глаза открываем мы, наконец.
Зарядка окончилась.
Ты – молодец!

-9-

(Ученики повторяют движения за учителем)
Мы все вместе улыбнемся,
Подмигнем слегка друг другу,
Вправо, влево повернемся (повороты влево- вправо)
И кивнем затем по кругу. (наклоны влево-вправо)
Все идеи победили,
Вверх взметнулись наши руки. (поднимают руки вверх- вниз)
Груз забот с себя стряхнули
И продолжим путь науки. (встряхнули кистями рук)

-10-

Утром бабочка проснулась,
Улыбнулась, потянулась!
Раз – росой она умылась,
Два – изящно покружилась,
Три – нагнулась и присела,
На четыре – улетела.

-11-

Ветер дует нам в лицо (махи руками)
Закачалось деревцо (наклоны в стороны)
Ветерок всё тише, тише (приседания)
Деревцо всё выше, выше (потягивание вверх с прыжком)

-12-

“Гуси серые”

Гуси серые летели (бег на месте или врассыпную,
движения руками, как крыльями).
Да, летели. Да, летели (продолжение бега).
И присели, посидели (два приседа).
Да и снова полетели (снова бег).
А потом опять присели (присед).
Игровое упражнение повторить 2–3 раза.

-13-

“Мы топаем ногами”

Мы топаем ногами. Топ, топ, топ (ходьба на месте).
Мы хлопаем руками. Хлоп, хлоп, хлоп (хлопки в ладоши).
Качаем головой (наклоны головы вправо, влево).
Мы руки поднимаем (руки вверх).
Мы руки опускаем (руки вниз).
Мы руки разведем (руки в стороны).

И побежим кругом (бег).

-14-

“Вышла мышка”

Вышла мышка как-то раз (ходьба на месте или
продвигаясь вперед в колонне).
Поглядеть, который час (повороты влево, вправо,
пальцы “трубочкой” перед глазами).
Раз, два, три, четыре (хлопки над головой в ладони).
Мышки дернули за гири (руки вверх и приседание с
опусканием рук – “дернули за гири”).
Вдруг раздался страшный звон (хлопки перед собой).
Убежали мышки вон (бег на месте или к своему месту).
Игровое упражнение повторить 2–3 раза.

-15-

“Печка горяча”

Ча-ча-ча (три хлопка в ладоши).
Печка очень горяча (четыре полуприседа).
Чи-чи-чи (три хлопка над головой).
Печет печка калачи (четыре прыжка на месте).

-16-

“Ровным кругом”

Ровным кругом
Друг за другом
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте,
Дружно вместе
Сделаем вот так...

-17-

“У реки росла рябина”

У реки росла рябина (из положения упор присев
постепенное выпрямление туловища, руки вперед вверх).
А река текла, рябила (повороты вправо и влево
с плавными движениями рук).
Посредине глубина (наклоны вперед, руки прямые).
Там гуляла ры-би-на (приседы).
Эта рыба – рыбий царь (прыжки).
Называется – пескарь (ходьба на месте).