

Уважаемые родители!

Предлагаем вашему вниманию темы для образовательной деятельности на время нерабочих дней.

Возраст детей 5 – 6 лет.

Уважаемые родители, на этой неделе предлагаем вам провести работу по формированию представлений детей о людях другой культуры, живущих в нашей стране (на примере татарской культуры). Из «телевизионной» программы «Новости» (занятие по познанию окружающего мира) дети узнают о национальном татарском празднике, отразят свои впечатления в лепных работах. Такие занятия как развитие речи, ознакомление с природой, художественной литературой, сохраняя для детей внешнюю форму игровой телепередачи, содержательно представлены как итоговые. Дети познакомятся с вариантами состава числа пять, будет совершенствоваться в умении согласовывать с партнером темп и ритм речи.

ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

ПРИРОДА

«Игра «Знатоки»

Задачи. Закрепить у детей представления о некоторых признаках весны.

Материалы, инструменты, оборудование. Стол с волчком (юлой), вопросы в конвертах (атрибуты игры популярной телепередачи).

«Ящик ощущений», в котором лежат природные объекты (например, камни, ракушки, шишки) и любые предметы, сделанные руками человека.

Рисунки, фотографии растений, включая раннецветущие, например, первоцвет весенний (примула), медуница, пролеска сибирская и т.п.

Вырезанные из бумаги капелька воды и снежинка.

Карточки с изображением стадий развития растений; карточки с изображением природных факторов, необходимых для развития растения (солнце, капелька воды, земля, дождевой червяк и т. п.).

Содержание занятия.

В игру приглашаются все желающие члены семьи.

Вспомните вместе с ребёнком правила популярной телевизионной игры (Если есть видеоролик, покажите ее фрагмент.) Сообщите, что поскольку за окнами весна, сегодняшняя игра посвящается именно этому времени года. Звучит музыка (например, из «Времен года» П. Чайковского). Участники игры садятся за столы.

В процессе игры участники выполняют задания и отвечают на вопросы, большинство из которых связано с признаками весны.

Вопросы должны быть разнообразными и оригинальными по форме, например такими:

1. Убедите перелетных птиц в том, что они уже могут (или еще не могут) возвращаться в наши края, перечислив признаки весны (или их отсутствие — в северных регионах).
2. Отберите фотографии весенних растений (показываются фотографии, рисунки растений).
3. Какие весенние птицы возвращаются в ваши края весной?
4. Отберите те картинки, на которых изображены весенние приметы и кратко расскажите о них (предлагаются картинки с изображением природы в разное время года).
5. Определите на ощупь и выньте только природные объекты (вносится «черный ящик»). Скажите, можно ли их найти в нашем регионе. Одинаково ли они выглядят во все времена года? Происходят ли с ними какие-либо изменения весной?
6. Отгадайте загадки об одном из времен года, природных явлениях, изменениях в жизни животных и растений.

Примеры загадок:

Белая морковка весной растет.

*Наш серебряный кинжал недолго дома пролежал,
Мы поднять его хотели, он к порогу убежал.*

Зимнее стекло весной потекло.

Таает снежок, ожил лужок, день прибывает, когда это бывает?

На дворе весна гуляет, скоро белый снег растает, там и тут бегут ручьи, гнезда делают... (грачи).

Что за весенняя черная птица трактору чуть ли на нос не садится? (грач)

Вышли девицы весне подивиться,

Сели гурьбой над самой водой..

Ноги в воде купаются, руки в воде плескаются.

Косы с плеч опускаются- сережки висят, качаются.

(Ивы)

Затем ведущий:

- дает одному игроку бумажную капельку воды, второму — бумажную снежинку и просит рассказать, что происходит с капельками воды и снежинками весной;
- предлагает каждому участнику рассказать короткое стихотворение о весне;
- раздает карточки с изображением стадий развития растений, и просит разложить карточки как можно быстрее в том же порядке, в каком росло и развивалось растение, вспомнить название этого растения;
- раскладывает перед игроками набор карточек, среди которых есть изображение солнца, капельки воды, ветра, земли, птиц и т. п.; задание: выбрать карточки, на которых изображено то, что нужно растениям весной для роста, и объяснить свой выбор.

В процессе игры за каждый правильный ответ команда получает фишки. В конце игры участники считают количество фишек и определяют победителя.

МАТЕМАТИКА

Задачи. Показать детям независимость числа от цвета, величины и расстояния между сосчитываемыми предметами, включить их в поиск доказательства этого утверждения. Учить детей ориентироваться на плоскости (на листе бумаги).

Показать детям, как можно составить число пять из двух меньших. Учить детей отсчитывать из большего количества меньшее.

Материалы, инструменты, оборудование. *Демонстрационный материал:* девять больших кружков (диаметр около 8 см), десять маленьких кружков (диаметр около 2 см). Двадцать кружков — двусторонних или двух цветов (например, по десять красных и по десять синих). Числа от 0 до 10 в двух экземплярах. Числовая карточка (с пятью кружками).

Раздаточный материал: лист бумаги (формата А4), набор фломастеров, мелкие игрушки двух видов в достаточном количестве. Числа от 0 до **10**.

Содержание деятельности.

На столе расположите в ряд на значительном расстоянии один от другого девять больших кружков, например, зеленого цвета. Ниже этого ряда расположите ряд из десяти маленьких кружков другого цвета, стоящих близко один к другому (почти без интервалов). Спросите: «Каких кружков больше, каких меньше, а может быть их поровну?».

Порассуждайте вместе с ребёнком, скорее всего ребёнок пересчитывает кружки и скажет: «Десять маленьких больше, а девять больших — меньше». Выскажите сомнение и попросите доказать правильность своего суждения. Поиск способа доказательства должен привести ребёнка к тому, чтобы поставить кружки парами: к каждому большому каждый маленький. Очевидно, что у одного маленького кружка нет пары, он лишний, следовательно, десять маленьких кружков больше, чем девять больших. Данный способ определения большего и меньшего количества предметов является единственным действительно понятным и убедительным для детей этого возраста.

Графический диктант

Перед ребёнком на столе лежит лист бумаги в альбомной ориентации и фломастеры. Предложите ребёнку выбрать фломастер, найти правый верхний угол своего листочка и поставить туда пальчик. Предложите в этом месте нарисовать кружок. Затем предложите найти левый нижний угол своего листочка, поставить там пальчик. Попросите нарисовать треугольник. Аналогично найдите правый нижний угол - нарисуйте квадрат, левый верхний угол — прямоугольник, центр листа - солнышко.

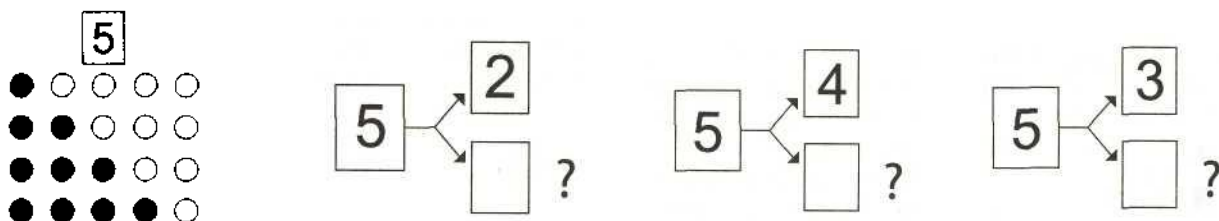
Каждое задание графического диктанта предваряется тем, что ребенок ставит в названное место пальчик. Задание выполнено. Предложите ребёнку рассказать, где и что у него нарисовано. Выложите на столе пять кружков одного цвета, например, синих. Попросите ребёнка пересчитать кружки. Поставьте цифру 5. Затем на глазах у ребёнка переверните один кружок; обратите внимание на сложившуюся ситуацию: «Один и четыре, а вместе пять».

Переверните на другую сторону (другого цвета) еще один кружок. Перед ребёнком два красных и три синих кружка. Точно также подчеркивая рукой каждую из групп, проговорите: «Два и три, а вместе пять».

Переверните еще один кружок. Перед ребёнком три красных, два синих кружка. Подчеркивая рукой каждую из групп, скажите: «Три и два, а вместе пять». Аналогичным образом, разбирается вариант четыре и один. Цифра 5 все это время находится перед ребёнком. Затем передвиньте цифру 5 вверх, под ней выложите все четыре варианта состава числа пять.

Предложите ребёнку самостоятельно выложить любой вариант состава числа пять. У ребёнка на столе мелкий счетный материал - игрушки. Он отсчитывает из большего количества названное, т. е. пять. Например, два грибочка и три ежика, три овечки и две елочки, одна елочка и четыре овечки. Попросите ребёнка назвать свой вариант состава числа пять.

Уточните с ребёнком знание левой и правой руки, предлагая в левую руку взять фломастер, а в правую — игрушку, задавая вопрос, что у него в левой руке, что — в правой.



КОНСТРУИРОВАНИЕ из бросового материала

«Превращения коробки»

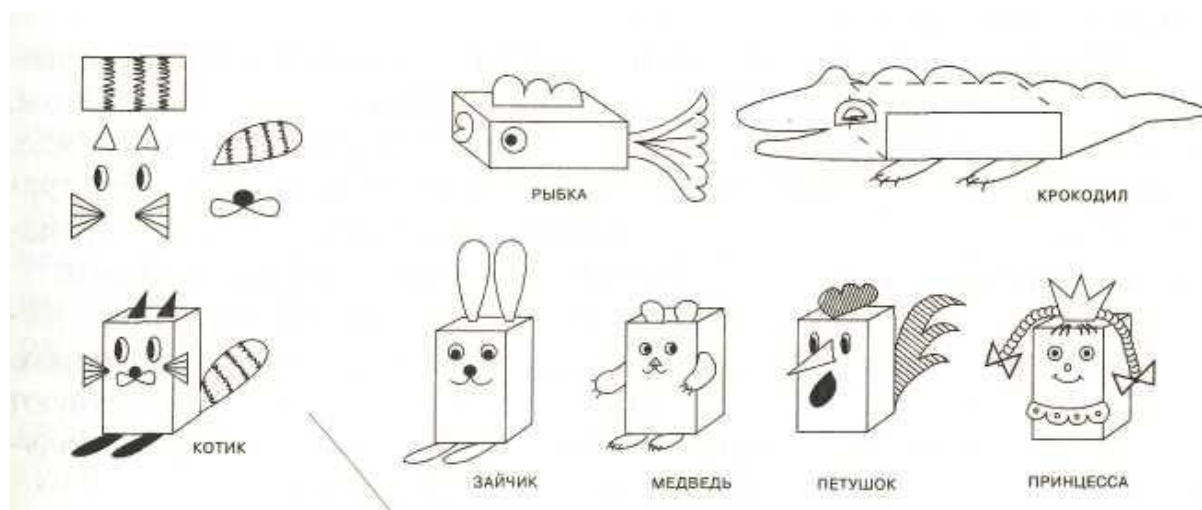
Задачи. Продолжать учить детей путем достраивания или убирания лишнего преобразовывать простые предметы в интересные поделки и игрушки. Развивать фантазию, творческие способности, умение предвидеть результат, реализовывать свои замыслы на практике.

Материалы, инструменты, оборудование. Картонные коробочки из-под зубной пасты, духов, конфет, лекарств и прочей упаковки разного размера и формы по две-три штуки.

Содержание деятельности.

Предложите очень интересное задание для очень умелых ручек и просите придумать и смастерить что-то интересное из ненужных картонных упаковок. Ребёнку можно показать некоторые заранее изготовленные поделки или картинки-схемы, обсудить возможный процесс изготовления, варианты видоизменения для получения новых поделок.

По окончании работы все поделки рассматриваются, обсуждаются наиболее интересные и выразительные с точки зрения ребёнка.



ПОЗНАНИЕ ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА

«Новости с праздника»

Задачи. Знакомить детей с разными народами, населяющими нашу страну. Учить детей уважать культуры, отличные от их собственной.

Материалы. Картинки с традиционной татарской одеждой.

Содержание деятельности.

Спросите у ребёнка, какие праздники он знает. Обсудите, что праздники могут быть чьими-то личными, например, день рождения. Этот праздник отмечают немного людей, только родные, друзья и знакомые. Есть праздники, которые празднует вся наша страна. Вспомните, какие это праздники — Новый год, день 8 Марта, когда мы поздравляем всех женщин: День защитника Отечества — в этот день получают поздравления обычно все военные, мужчины. А есть праздники, которые празднует какой-то один народ. Расскажите, что в нашей большой стране живет очень много разных народов, и у каждого народа есть свои особенные праздники. Вспомните с ребёнком праздники русского народа (например Масленицу).

Предложите отправиться на праздник татарского народа, который называется Сабантуй. Этот праздник отмечают весной или летом. На праздник люди могут прийти в традиционной, очень красивой одежде. Рассмотрите с ребёнком иллюстрации с изображениями традиционного татарского мужского и женского костюма. Обратите внимание на красивые сапоги у мужчин и женщин, как они украшены.

Расскажите, что во время этого праздника проводится много соревнований, как серьёзных, так и шуточных. Серьёзные соревнования — это скачки на лошадях, в них участвуют мальчики от восьми до двенадцати лет. Победитель этих скачек получает главный подарок — красивое вышитое полотенце.

Шуточных соревнований очень много: это бег с ложкой во рту, на которой лежит яйцо; бег с ведрами на коромысле, наполненными водой, бег в мешках, бег подвое, когда нога одного привязана к ноге другого. На этом празднике можно попробовать с завязанными глазами разбить палкой горшок, стоящий на земле, или залезть на гладкий столб, на верху которого висит приз, или поучаствовать в перетягивании каната. Рассмотрите традиционные татарские кожаные домашние туфли, тубетейки. Организуйте разные соревнования. В конце предложите ребёнку стать телевизионным корреспондентом и рассказать о празднике.

Обговорите с ребёнком правила поведения на празднике:

- если ты гость, то будь внимателен к хозяину, виновнику торжества, и другим гостям;
- если ты хозяин, постарайся сделать так, чтобы каждому, пришедшему в гости, было приятно, интересно, удобно у тебя на празднике;
- уважайте культуру других народов, их обычаи, национальный костюм, язык.

РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ

Развитие речи «Мы — журналисты»

Задачи. Подводить детей к письменной речи. Учить произвольно строить предложения разной грамматической структуры. Составлять рассказ в «ситуации письменной речи».

Материалы, инструменты, оборудование. Фотографии из жизни детей. Подборка газет и журналов.

Содержание занятия.

Рассмотрите с ребёнком подборку журналов и газет. Напомните, что ребёнок уже знает, кто пишет статьи в журналы и газеты.

Обобщите высказывания. В газетах и журналах рассказывается о жизни, о сегодняшних событиях. Заметки пишут журналисты, корреспонденты, читатели.

Предложите ребёнку сегодня стать как будто корреспондентами. О каких событиях из твоей жизни ты хотел бы написать заметку? Что тебя больше всего удивило в этом году? Обрадовало, запомнилось? (Высказывания ребёнка из личного опыта.)

Рассмотрите семейные фотографии. Поинтересуйтесь, какой праздник ребёнку понравился больше всего? Предложите записать его рассказ. Ты будешь диктовать медленно, чтобы я успела записать. (Ребенок может продиктовать всего одно предложение или короткий текст.)

Какие книги мы читали? Какие ты запомнил рассказы, сказки, стихи?

Как ты ухаживал за животными, растениями на даче?

Давай об этом напишем в статью.

Чем ты больше всего любишь заниматься? Во что играть?

С кем ты дружишь? За что ты любишь своих друзей? Напишем об этом в заметку.

Какие блюда ты любишь?

Давайте прочитаем, что у нас получилось. Как мы назовем статью?

Вместе выберете наиболее подходящее название. Предложите начало и конец заметки для логичного оформления: «У нас дружная семья ...»

ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ЛИТЕРАТУРА

«Много книжек — хороших и разных»

Задачи. Поддерживать интерес детей к чтению книг. Формировать представления детей об их тематическом и жанровом многообразии. Активизировать литературный опыт детей: создавать условия для припоминания детьми прочитанных произведений, их героев, событий, ярких словесных образов.

Материалы, инструменты, оборудование. Детские книги с иллюстрациями.

Содержание деятельности.

Разложите книги, прочитанные детям в течение года, на столе. Рассмотрите их и спросите, какие из книг он узнал.

Предложите выбрать из всех книг только сказки.

Затем отложите книги со стихами, потом - с рассказами. (Если в течение года использовались издания энциклопедического характера, то они выделяются в отдельную группу.)

Затем напомните ребёнку, что сказки бывают народные и придуманные писателями, просите, посмотрев на книги со сказками, назвать, какие из них народные, а какие имеют автора (в случае затруднения помогите ребёнку). Рассматривая книги с рассказами, вспомните, что рассказы бывают о природе, о детях и др.

Спросите, какие из этих книг понравились ему больше всего.

Далее предложите ребёнку поиграть в мини-викторину, объясняя, что будете зачитывать отрывки из разных книг, а ребёнок постарается вспомнить название произведения, или героя, которому принадлежат эти слова.

- Про кого говорилось в сказке так: «Конь бежит, земля дрожит, из ноздрей дым валит, из ушей пламя пышет. Прибежал и встал перед Иванушкой как вкопанный». (Про Сивку-бурку.)

- В каких сказках главным героем была лягушка? («Лягушка-путешественница», «Царевна-лягушка».) Какая из этих лягушек говорила так: «Не тужи, Иван-царевич, ложись лучше спать, утро вечера мудренее» (Царевна-лягушка).

- Кто говорил такие слова: «Ловись, рыбка, мала и велика»? (Волк из сказки «Лисичка-сестричка и серый волк»).

Чьи это слова: «Я никого не боюсь! И волка не боюсь, и лисицы, и медведя — никого не боюсь»? (Заяц из «Сказки про Храброго зайца - длинные уши, косые глаза, короткий хвост»).

- Продолжи стихотворение: «Травка зеленеет, солнышко блестит» (Отрывок из стихотворения А. Н. Плещеева).

- Откуда эти слова «Кот плывет по океану, Кит из блюдца ест сметану»?

Для загадывания можно использовать отрывки из любых произведений, которые читали ранее.

Предложите ребёнку назвать свою самую любимую книгу (или даже две - три книги). Среди них могут быть и книги, которые не представлены на столе. Попросите рассказать, чем ему нравятся любимые книги.

ЧТЕНИЕ детям

- ✓ Чтение 1-20 главы из книги А. Линдгрэн «Карлсон, который живет на крыше, опять прилетел». <https://www.litmir.me/br/?b=201757&p=1>
- ✓ Борис Заходер «Кит и кот» <https://www.culture.ru/poems/48600/kit-i-kot>
- ✓ А.-К. Вестли «Мама, папа, восемь детей и грузовик». Главы: первая (без названия), «Грузовик», «В город приезжает бабушка», «Бабушка катается на трамвае», «Самоварная трубка». <https://deti-online.com/audioskazki/sbornik-skazok-mp3/papa-mama-babushka-vosem->

detey-i-gruzovik/

- ✓ К. Д. Ушинский «Четыре желания». читать <https://skazki.rustih.ru/konstantin-ushinskij-chetyre-zhelaniya/>, слушать <https://teatr.audio/ushinskiy-konstantin-chetyre-zhelaniya>
- ✓ И. Туричин «Человек заболел». http://ивановская-волость.пф/publ/khrestomatija_dlja_detej_starshego_doshkolnogo_vozrasta/i_turichin_chelovek_za_bolel/4-1-0-330

ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

РИСОВАНИЕ сюжетное

«Наша семья»

Задачи. Создать условия для отражения в рисунке впечатлений о жизни ребёнка в семье.

Учить рисовать несложные сюжеты, передавая движения, взаимодействия и отношения людей. Развивать чувство композиции.

Материалы, инструменты, оборудование. Белый или цветной лист бумаги; цветные карандаши и фломастеры (на выбор); простые карандаши, ластик.

Содержание деятельности.

Предложить ребёнку вспомнить, как вы писали статью о своей семье.

Выберите самое яркое событие вашей семьи и предложите ребёнку нарисовать его.

Ребёнок выбирает материал для рисования по своему желанию — цветные карандаши, фломастеры, краски. Осторожно уточните, какой сюжет выбрал ребёнок для своего рисунка. Помогите малышу определиться с выбором. Примите участие в совместном рисовании.



ЛЕПКА сюжетная

«Веселый праздник»

Задачи. Учить детей составлять из вылепленных фигурок композицию. Закрепить способ лепки из цилиндра (валика), надрезанного с двух концов. Продолжать учить передавать разнообразные движения человека (бег, прыжки, элементы борьбы, верховая езда) и несложные взаимоотношения между действующими лицами сюжета (скрепление рук, размещение друг за другом или рядом).

Анализировать особенности фигуры человека, соотносить по величине и пропорциям как части одной фигуры, так и величину двух-трех фигурок. Развивать способности к формообразованию и сюжетосложению.

Материалы, инструменты, оборудование. Пластилин, стеки, мелкие пуговички и бисер для оформления маленьких деталей; матерчатые и бумажные салфетки.

Содержание деятельности.

В короткой беседе уточните представление ребёнка о веселом празднике, который называется Сабантуй: какие соревнования проводятся, что делают спортсмены во время состязаний. Вместе с ребёнком рассмотрите картинки с изображением людей в движении (бежит, прыгает на двух ногах, на одной, в мешке, скачет на лошади, стреляет из лука, борется с противником) и предложите принять такие же позы — желательнее в паре. В ходе игры обратите внимание ребёнка на положение рук и ног, попросите описать позу словами, чтобы уточнить наблюдения.

Предложите вылепить из пластилина человечков на веселом празднике Сабантуй.

Постарайтесь слепить лошадку в такой последовательности приемов:

раскатываем валик и сгибаем дугой; надрезаем стекой с одной стороны так, чтобы получились шея и ноги; делаем надрезы стекой, чтобы получились пары ног; рассматриваем варианты оформления лошадки, выбираем способ прищипывания, лепим гривку с хвостиком.

Всадника лепим таким способом: катаем валик - туловище, надрезаем стекой вдоль примерно до середины, чтобы получились ноги; катаем голову - шар и руки - столбики; наряжаем всадника и усаживаем на коня, чтобы ноги были в стременах, а руки держали поводья.

Разыграйте на столе мини-спектакль из заранее вылепленных фигурок двух борцов.

Лепим две фигурки и показываем, как они борются: сначала находятся на расстоянии друг от друга, на полусогнутых ногах, головы нагнули, руки прижали к груди или выставили вперед в ожидании схватки и смотрят друг на друга; вот борцы сблизились и ухватились друг за друга руками; вот один делает подсечку (подножку), второй падает; теперь оба лежат на земле, переворачиваясь (вверху то один, то другой) и пытаясь побороть друг друга; а вот и конец схватки победитель приветствует зрителей (одна рука поднята высоко вверх) и пожимает руку сопернику.

Предложите ребёнку слепить своих человечков.



СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ

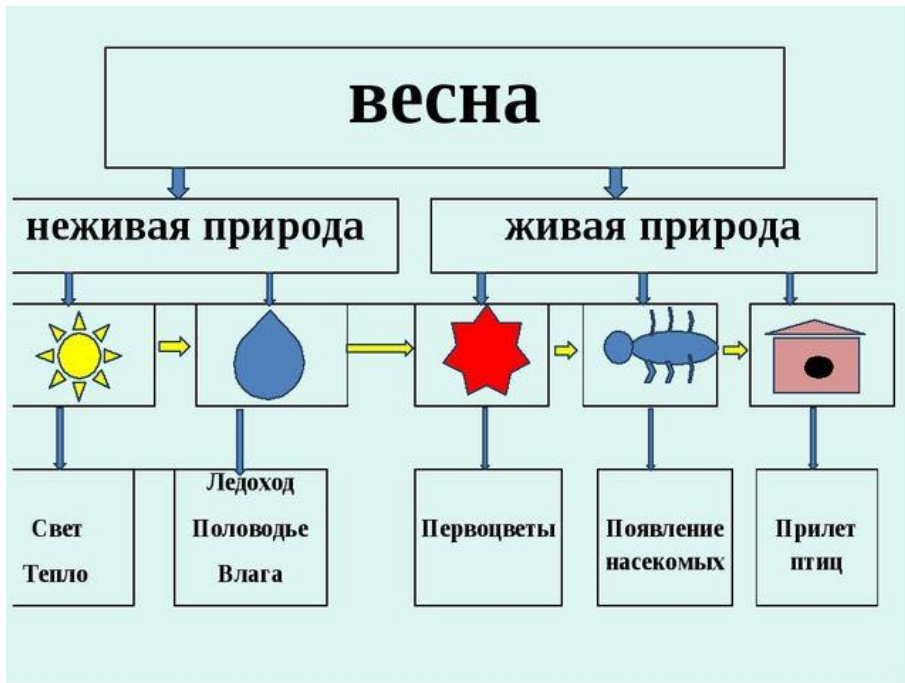
Ознакомление с предметным и социальным окружением

1. Формировать представления о том наша огромная, многонациональная страна называется Российская Федерация, в ней много городов и сел. Чтобы попасть из одного конца страны в другой, нужно добираться несколько дней. Закрепить знания о столице нашей родины .
2. Подвести к пониманию того, что человек придумывает и создает разные приспособления для облегчения труда



Ознакомление с природой

1. Закреплять знания о многообразии растительного мира России.
2. Формировать представления о растениях и животных леса и луга. Расширять представления о взаимосвязи растительного и животного мира
3. Закреплять знания о весенних изменениях в природе



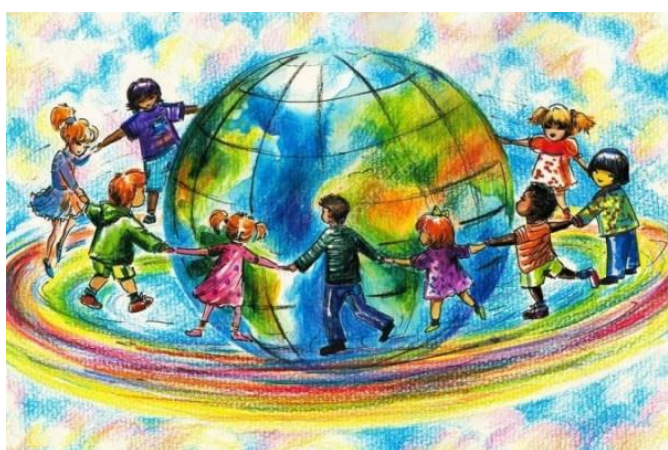
- естной уборкой. Чтобы поддержать мотивацию ребенка, давайте ему сперва интересные и несложные задания. Если за ребенком нужно что-то переделать или поправить, не бросайтесь это делать после того, как он закончил. Мягко помогите ребенку советом или примером.



- Прививайте привычку сортировать мусор. Научить ребенка заботиться о нашей планете — первоочередная задача для родителей, которые хотят, чтобы их дети выросли сознательными и здоровыми. Конечно, самым важным будет пример родителей. Знания, навыки и привычки, полученные от родных людей, очень важны для ребенка и определяют его поступки в будущем. Поэтому относиться бережно к планете нужно начинать дома и привлекать к этому детей.



«Дети Земли за мир!»

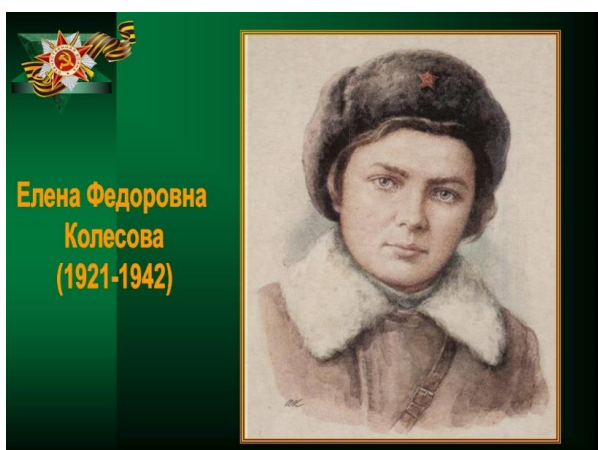
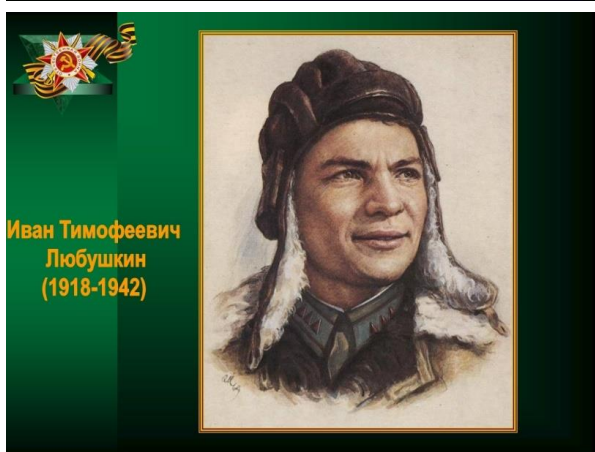


9 мая в России будут отмечать День Победы в Великой Отечественной войне.

В честь предстоящего праздника предлагаем совместно нарисовать рисунки, посвященные как военным историческим событиям, так и призывам к мирной жизни на Земле.

Герои ВОВ! Скоро 9 мая - День Победы. Меняются времена, вместе с ними меняются праздники. Но этот такой настоящий, что жить ему вечно! Хочется вспомнить наших героев, поговорить про непоказное мужество, про отчаянную храбрость, про миллионные жертвы, про выдержавшую тяжелейшие испытания доброту человеческую! И мы не стесняемся высоких слов в эти дни: мы гордимся!

Нажмите на фото и прочитайте их биографию!



Вы можете здесь скачать раскраски о ВОВ и раскрасить их вместе с детьми ([раскраска 1](#), [раскраска 2](#), [раскраска 3](#), [раскраска 4](#), [раскраска 5](#)).

В апреле проходит месячник по профилактике правонарушений, безнадзорности, наркомании, токсикомании, алкоголизма среди несовершеннолетних Автозаводского района.

Целью месячника является пропаганда здорового образа жизни, организация профилактической работы по предупреждению правонарушений среди несовершеннолетних, профилактика злоупотребления психоактивными веществами, воспитание нравственности.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Упражнения с мячом :метание в цель, тренировать в подбрасывании и ловле мяча
Упражнения со спортивным инвентарем : разучить прыжки с короткой скакалкой, упражнять в прокатывании обруча, закрепить умение пролезать в обруч



Беговые упражнения : Упражнять в беге на скорость, Повторить ходьбу и бег по кругу, Упражнять в чередовании ходьбы и бега . Упражнять в чередовании ходьбы и бега

Консультация для родителей
«Каждый день зарядку делай!
Будешь сильный, будешь смелый!»



Каждый **родитель** хочет видеть своего малыша здоровым, веселым, хорошо физически развитым. Наряду с совершенно естественной заботой о чистоте его тела, удовлетворении потребностей в пище крайне необходимо обеспечить и потребность в движениях. **Активные движения повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, вызывают мобилизацию защитных сил организма, повышают деятельность лейкоцитов.** Нужно ли учить детей движениям или они сами овладеют ими в играх и упражнениях. Несомненно, нужно! С самого раннего детства необходимо формировать у ребят привычку ежедневно выполнять упражнения утренней гимнастики.

Утренняя гимнастика является ценным средством оздоровления и воспитания детей.

Хочется отметить, что у детей, систематически занимающихся утренней гимнастикой, пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, повышается работоспособность.

Утренняя гимнастика ценна и тем, что у детей вырабатывается привычка, и потребность каждый день по утрам проделывать физические упражнения. Эта полезная привычка сохраняется у человека на всю жизнь.

В детском саду утренняя гимнастика проводится ежедневно – утром, а **зарядка** несколько раз в день после дневного сна при соблюдении режима, во второй половине дня на прогулке и в помещении.

А дома. **Личный пример родителей – большая сила в воспитании детей.**

Хочется, чтобы **родители дома**, в выходные, в праздничные дни не нарушили режим и выполняли с ребенком утреннюю гимнастику, тогда ребенок, придя в детский сад после выходных или отпуска, занимаясь физкультурой, не будет испытывать боли в мышцах.

Утреннюю гимнастику дома целесообразно проводить до умывания. По окончанию ее детей приучат к обтиранию и прохладному душу.

Комплекс утренней гимнастики включает разнообразные упражнения, укрепляющие все группы мышц, особенно крупные мышцы спины и живота, плечевого пояса, нижних конечностей, потягивание, приседание, наклоны, повороты.

Детям интересно, когда комплекс утренней гимнастики имеет единый сюжет, например «Прогулка в лес», «В гостях у бабушки» и т.д.

Заканчивается утренняя гимнастика бегом или поскоками (для младших 30- 40 секунд, для старших 1-1,5 минуты), переходящими в ходьбу.

Детям нравится, когда заканчивается гимнастика коротким стихотворением:

«Пусть в окошко к нам летят все снежинки белые

Нам совсем не холодно, мы зарядку делаем».

«Каждый день зарядку делай!

Будешь сильный, будешь смелый!»

