

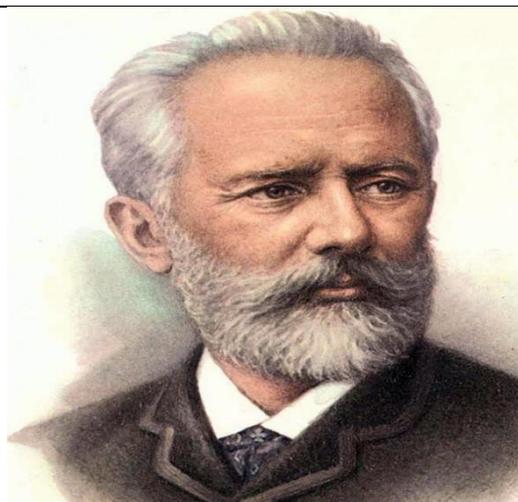
## Расписание занятий старшая группа

с 20.04.2020г. по 24.04.2020г.

Понедельник			
Ознакомление с природой	Тема занятия: Весенняя страда	Источник О.А. Соломенникова Ознакомление с природой в детском саду с.73 <a href="https://books.google.ru/books?hl=ru&amp;id=zTEVBQAAQBAJ&amp;printsec=copyright#v=onepage&amp;q&amp;f=false">https://books.google.ru/books?hl=ru&amp;id=zTEVBQAAQBAJ&amp;printsec=copyright#v=onepage&amp;q&amp;f=false</a>	Рекомендации для родителей: <a href="https://youtu.be/hRa6YeUtTRs">https://youtu.be/hRa6YeUtTRs</a>
Двигательная деятельность	<p><b>Зарядка для детей старшей группы</b>  <a href="https://youtu.be/b0lnHl0cxGo">https://youtu.be/b0lnHl0cxGo</a></p> <p style="text-align: center;"><b>Упражнения для развития мелкой моторики рук.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сжимание и разжимание пальцев в кулак правой и левой руками одновременно и поочередно;</li> <li>- сжимание обеими руками мелких резиновых мячей - большим и указательным</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Упражнения для формирования правильной осанки № 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Принять положение стоя у стены, касаясь её затылком, спиной, ягодицами и пятками; отойти от стены и вернуться к ней, сохраняя начальное положение.</li> <li>- Стоя с правильной осанкой у стены, поднимая руки вперед, вверх, в стороны; вверх поочередно и одновременно обе руки.</li> <li>- Поднимание согнутой в колено ноги.</li> <li>- Сидя, наклоны туловища вправо, влево, вперед, назад.</li> <li>- Лежа на спине: отведение рук в стороны, вперед, вверх.</li> </ul> <p>Сгибание и разгибание ног.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ходьба высоко поднимая ноги.</li> </ul> <p><b>Приседания.</b></p> <p>Техника выполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ноги на ширине плеч, руки вытянуты вперед</li> <li>• спина прямая</li> <li>• пятки прижаты к полу</li> <li>• выполнять от 20 до 30 раз в зависимости от физической подготовки ребенка</li> </ul> <p><b>Отжимания.</b></p>		

	<p>Техника выполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• в зависимости от ширины положения рук вы можете выбирать нагрузку: если руки стоят близко друг к другу, то идет проработка бицепсов, если руки расставлены широко — прорабатывается грудная часть</li> <li>• корпус должен находиться в прямом положении, сгибаются только руки</li> <li>• выполнять максимум 10 раз</li> <li>• еще один вариант выполнения — плавно опуститься на пол в такой очередности — колени, таз, корпус, так же плавно нужно выходить наверх в исходное положение</li> </ul> <p><b>Пресс.</b></p> <p>Техника выполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• исходное положение — лежа на спине, ноги прямые, руки за голову или руки вдоль тела прямые</li> <li>• первыми ребенок тянет руки, создавая инерцию, затем поднимается голова, плечи, скручивание делается постепенно, руками дотянуться до носочков — чтобы в этот момент растяжения отдохнуть</li> <li>• плавно опуститься назад</li> <li>• нельзя резко падать прямым корпусом назад и резко подниматься вперед</li> <li>• для удобства выполнения можно придерживать ноги ребенку или зацепить носочки за основание дивана, чтобы ноги при подъеме не отрывались от пола</li> <li>• выполнять 10–15 раз</li> </ul> <p><b>Лодочка.</b></p> <p>Техника выполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• исходное положение — лежа на животе, руки прямые вдоль пола, стопы вместе</li> <li>• одновременно ребенок поднимает обе руки и обе ноги, создавая напряжение в пояснице</li> <li>• замирать в таком положении не нужно</li> <li>• выполнять 20 раз</li> </ul> <p>5. Закидывание ног за голову.</p> <p>Техника выполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• исходное положение — лежа на спине</li> <li>• постепенно поднимаем ноги и закидываем за линию головы</li> <li>• упор при этом на плечи, не на шею и голову</li> <li>• выполнять 10–15 раз</li> </ul>		
<p><b>Изобразительная деятельность (рисование)</b></p>	<p><b>Тема:</b> Рисование на камешках (по замыслу)</p>	<p>Источник И.Ю. Лыкова Изобразительное</p>	<p><a href="https://youtu.be/YONk-i0K1cA">https://youtu.be/YONk-i0K1cA</a></p>

	<b>Задача:</b> учить детей создавать художественные образы на основе природных форм	искусство <a href="https://www.liveinternet.ru/users/ksu11111/post370744497">https://www.liveinternet.ru/users/ksu11111/post370744497</a>	
<b>Вторник</b>			
<b>ФЭМП (математика)</b>	<b>Тема:</b> Сравнение рядом стоящих чисел в пределах 10.	Источник И.А. Помораева ФЭМП с. 61 <a href="https://vk.com/doc89517295_438365135?hash=50f41eae0a02e76fe&amp;dl=20a73378823df3a2fa">https://vk.com/doc89517295_438365135?hash=50f41eae0a02e76fe&amp;dl=20a73378823df3a2fa</a>	<a href="https://youtu.be/4sX2P1k0PII">https://youtu.be/4sX2P1k0PII</a>
<b>Музыкальная деятельность</b>	<p><b>Начнём занятие с музыкально-танцевальной разминки.</b> Включите видеосопровождение, и повторяйте вместе с Кукутиками. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7ELMG_9fVeY">https://www.youtube.com/watch?v=7ELMG_9fVeY</a></p> <p>Далее предложите ребёнку присесть к экрану и посмотреть на портрет. Проведите беседу. Спросите, кто изображен на портрете? (П. И. Чайковский) Как называется профессия этого человека? (композитор) С какой музыкой вы знакомились на прошлом занятии?(Подснежник) Понравилась музыка? Про что она? Какая музыка по характеру? Предложите изобразить руками цветочек, который пробивается из-под земли. Включите <i>музыку и выполняйте вместе в ребёнком под музыку.</i> Слушание музыки композитора П. И. Чайковского «Подснежник» из цикла «Времена года». <a href="https://www.youtube.com/watch?v=--LrbA3_pLI">https://www.youtube.com/watch?v=--LrbA3_pLI</a></p>		



Вспомните, какое сейчас время года? Что в это время происходит с погодой? Что мы можем увидеть на улице после дождя? Сколько цветов у радуги?

И предложите ребёнку закрепить знания о цветах радуги или выучить их с новой песней «Радуга»  
Знакомство с песней «Радуга».

<https://www.youtube.com/watch?v=SNgvt8xAtZ4>

Попросите назвать все цвета и повторите ещё раз песенку.

*Чтобы и дальше заинтересовать ребёнка музыкальной деятельностью, можете предложить ему для сохранения здоровья вспомнить*

*пальчиковую игру «Пиццикато» и поиграть.*

Присядьте рядом, смотрите на экран и выполняйте все действия вместе. Это упражнение помогает не только в выполнении самомассажа, но и в развитии слуховых навыков.

Пальчиковая видеоигра на музыку Л.Делиба "Пиццикато"

<https://www.youtube.com/watch?v=SCWLdJ6n2SE>

Для хорошего настроения закончить занятие предлагаю любой подвижной игрой по желанию ребёнка.

<b>Среда</b>			
<b>Обучение грамоте.</b>	<b>Тема занятия:</b> Звуки ц – ц'. Буква Цц <b>Задача:</b> уточнить артикуляцию звуков, закрепить образ буквы.	Источник <a href="https://mydocx.ru/6-94671.html">https://mydocx.ru/6-94671.html</a> Т.И. Гризик «Обучение грамоте»	<b>Для закрепления занятия:</b> <a href="https://youtu.be/-0y-sQafKoc">https://youtu.be/-0y-sQafKoc</a>
<b>Двигательная деятельность</b>	<p>Ходьба и бег по кругу, ходьба с перешагиванием через шнуры, ходьба приставными шагами вперед.</p> <p>2. «ВЗМАХИ». И.п.: ноги слегка расставлены, руки вниз. Взмах рук вперед-назад. Приучать к большой амплитуде. После 6-8 движений – пауза, отдых. Повторить 5 раз.</p> <p>3. «КОШКА ВЫГИБАЕТ СПИНУ». И.п.: стоять в упоре на коленях. Низко опустить голову, смотреть на ноги – кошка сердится. Поднять голову – успокоилась. После 5-7 движений сесть на пятки. Повторить 5-7 раз.</p> <p>4. «ЛЯГУШОНОК». И.п.: ноги слегка расставить, руки на поясе. Присесть, ладони прижать к полу между ног, голову приподнять, сказать «ква», выпрямиться. Повторить 8 раз.</p> <p>5. «ВАНЬКА-ВСТАНЬКА». И.п.: ноги на ширине плеч, руки за спину. Покачивание из стороны в сторону. После 5-7 движений – пауза, отдых. Повторить 7-9 раз</p> <p>6. «МЯЧ». Высокое подпрыгивание. Повторить 8 раз, чередуя с ходьбой.</p> <p>7. «БАБОЧКИ». И.п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Руки в стороны, имитировать полет бабочек, опустить вниз, сказать «сели». Повторить 4-6 раз.</p>		
<b>Конструирование</b>	<b>Тема занятия:</b> Кукла Ловушка для сна и дождя	Источник И.А. Лыкова Конструирование в детском саду С.126 <a href="https://docviewer.yandex.ru/view/80190683/">https://docviewer.yandex.ru/view/80190683/</a>	<a href="https://youtu.be/VnGpRh1jOnk">https://youtu.be/VnGpRh1jOnk</a>
<b>Четверг</b>			
<b>Изобразительная деятельность (аппликация)</b>	<b>Тема занятия:</b> Стайка дельфинов	Источник И.Ю. Лыкова Изобразительное искусство С.184	<a href="https://youtu.be/1joONjVy2Z4">https://youtu.be/1joONjVy2Z4</a>

<https://www.liveinternet.ru/users/ksu1111/post37074449>  
7

**Музыкальная  
деятельность**

Предлагаю вашему вниманию занимательные часы общения с музыкой.

1. **Приветствие из Музыкально-ритмических движений с «Зарядкой» от Кукутиков.**

[https://www.youtube.com/watch?v=7ELMG\\_9fVeY](https://www.youtube.com/watch?v=7ELMG_9fVeY)

Подарите ребёнку хорошее настроение, выполняя все движения вместе с ним.

*Спросите у ребёнка, какую музыку вы слушали в прошлый раз и предложите познакомиться с новой музыкой. Вашему вниманию предлагаю пройти по ссылке и посмотреть мультфильм с одноимённым названием «Петя и Волк». Но не просто посмотреть, а запомнить детали – какие звучат муз. инструменты, какие герои встретились, а так же кто композитор.*

**Сегодня мы знакомимся с творчеством С. Прокофьева. Советского композитора.**



**Симфоническая сказка «Петя и Волк».**

<https://www.youtube.com/watch?v=8hgqIFIGrE0>

3. А теперь можно выучить новую песню «Раз, два, радуга» **О. Хромушина.**

Проведите беседу с ребёнком: Что такое радуга, сколько у неё цветов, когда она бывает?

И вместе с видеосопровождением послушайте её.  
<https://www.youtube.com/watch?v=EvT3Uyab6NM>

Предложите также выучить слова к этой песне.

*1. С конопатым солнышком дождь играет в прятки.  
В поле колокольчики звенят наперебой.  
Скачет день весенний быстрою лошадкой,  
Под цветастой радугой, под цветной дугой!*

*Припев: Раз, два – радуга! Раз, два – радуга!  
На небе дорожку расстелила нам!  
Раз, два – радуга! Раз, два – радуга!  
Побывать бы там!*

*2. Как ворота радуга подпирает небо,  
Небо разноцветное у нас над головой...  
Словно на качелях, покататься мне бы  
Вот на этой радуге, на радуге цветной!*

*3. Солнечные зайчики прыгают по стёклам,  
Девочки и мальчики танцуют и поют.  
А посмотришь в небо: высоко – высоко,  
Как цветы волшебные, там радуги цветут!”*

4. Замечательно! Не забудьте похвалить ребёнка за активную деятельность. А чтобы настроение после деятельности у ребёнка осталось хорошим предложите ему любую **игру по его желанию.**

#### Пятница

**Ознакомление с художественной литературой**

**Тема занятия:** С. Есенин «Черемуха» (чтение)  
**Задача:** развивать понимание образной речи

Источник  
Н.С. Голицына  
Конспекты комплексно-тематических занятий с.382

<https://rustih.ru/sergej-esenin-cheremuxa-dushistaya/>

**Двигательная деятельность**

1. Ходьба и бег по кругу, ходьба с перешагиванием через шнуры, ходьба приставными шагами вперед.  
2. «ВЗМАХИ». И.п.: ноги слегка расставлены, руки вниз. Взмах рук вперед-назад. Приучать к большой амплитуде. После 6-8 движений – пауза, отдых. Повторить 5 раз.  
3. «КОШКА ВЫГИБАЕТ СПИНУ». И.п.: стоять в упоре на коленях. Низко опустить голову, смотреть на ноги – кошка сердится. Поднять голову – успокоилась. После 5-7 движений

	<p>сесть на пятки. Повторить 5-7 раз.</p> <p>4. «ЛЯГУШОНОК». И.п.: ноги слегка расставить, руки на поясе. Присесть, ладони прижать к полу между ног, голову приподнять, сказать «ква», выпрямиться. Повторить 8 раз.</p> <p>5. «ВАНЬКА-ВСТАНЬКА». И.п.: ноги на ширине плеч, руки за спину. Покачивание из стороны в сторону. После 5-7 движений – пауза, отдых. Повторить 7-9 раз</p> <p>6. «МЯЧ». Высокое подпрыгивание. Повторить 8 раза, чередуя с ходьбой.</p> <p>7. «БАБОЧКИ». И.п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Руки в стороны, имитировать полет бабочек, опустить вниз, сказать «сели». Повторить 4-6 раз.</p>		
<p><b>Изобразительная деятельность (рисование)</b></p>	<p><b>Тема:</b> Ветка вербы  <b>Задача:</b> закрепить представление о признаках наступающей весны</p>	<p>Источник  Н.С. Голицына  Конспекты комплексно-тематических занятий с.384</p>	<p><a href="https://youtu.be/PyQ1FAmq0XE">https://youtu.be/PyQ1FAmq0XE</a></p>