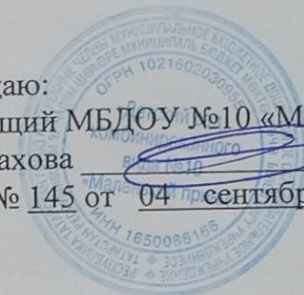


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида №10 «Маленький принц» города Набережные Челны РТ

Рассмотрено на заседании
педагогического совета № 1
От 29 августа 2024г.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №10 «Маленький принц»
Э.Р. Салахова
Приказ № 145 от 04 сентября 2024г.



**ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПО МУЗЫКАЛЬНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ
«ЦВЕТНЫЕ НОТКИ»**

для детей дошкольного возраста (3 – 4 лет).

на 2024– 2029 учебный год

Программу составил музыкальный руководитель
высшей квалификационной категории
Ласточкина Ирина Викторовна

2024 г.

Содержание.

1.Целевой раздел

1.1.Пояснительная записка.....	3
1.2.Нормативно-правовые документы.....	4
1.3.Цели и задачи реализации Программы.....	5
1.4.Основные принципы и подходы к формированию Программы.....	6
1.5. Методы и приёмы используемые в Программе.....	7
1.6. Основные направления Программы	11
1.7. Перспектива и ожидаемые результаты освоения Программы.....	11
1.8. Возрастные особенности психофизического развития детей 3-4 лет.....	12

2.Содержательный раздел

2.1. Интеграция с другими образовательными областями.....	15
2.2. Формы работы.....	16
2.3. Структура программы.....	16
2.4. Отличительные особенности программы.....	17
2.5. Взаимодействие с семьей.....	17
2.6. Содержание программы.....	18
2.7. Календарное планирование.....	20

2.8. Модель комплексного мониторинга здорового ребёнка. Таблица предпочтений детей по итогам пройденных тем.....	54
--	----

3. Организационный раздел

Особенности организации предметно – пространственной среды.....	56
---	----

Литература.....	57
-----------------	----

Приложения

1.Конспект занятия по Программе «Цветные нотки» - «Целебные звуки»	58
--	----

2. Конспект занятия по Программе «Цветные нотки» - «Весёлые движения»	61
---	----

3. Конспект занятия по Программе «Цветные нотки» - «Волшебное зеркальце».....	64
---	----

4. Конспект занятия по Программе «Цветные нотки» - «Вода и мыло».....	67
---	----

5. Конспект занятия по Программе «Цветные нотки» - «Полезная еда».....	70
--	----

6. Конспект итогового занятия по Программе «Цветные нотки».....	73
---	----

7. Анкета для родителей.....	80
------------------------------	----

1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы «Цветные нотки» по содержанию является художественно – эстетической; по функциональному предназначению – музыкально-оздоровительной; по форме организации - подгрупповой, индивидуальной; по времени реализации – одногодичной.

Программа рассчитана на детей младшего дошкольного возраста 3-4 лет. Нагрузка соответствует возрастным особенностям и требованиям.

В настоящее время для нас, педагогов современного общества, остро встала проблема роста заболеваемости детей младшего дошкольного возраста. Поэтому, сегодня важным **приоритетным направлением** деятельности ДООУ является создание условий для полноценного физического и психического развития ребёнка, приобщение его к здоровому образу жизни, освоение гигиенической культуры и бережного отношения к своему здоровью. В свою очередь я, как музыкальный руководитель детей младшего дошкольного возраста, решила не остаться в стороне, и обратилась к такому мало изученному коррекционному методу, как музыкотерапия. Изучив значение работы по организации музыкально-оздоровительных мероприятий и их место в познавательно-речевом, художественно-эстетическом воспитании, физическом развитии дошкольников через различные методы, средства, формы, приёмы собственного опыта, я решила создать программу дополнительного образования по музыкально-оздоровительной работе с детьми младшего дошкольного возраста, которую назвала «Цветные нотки». Методологической основой моей программы, являются музыкальные произведения, созданные М. Л. Лазаревым – заведующим «Лабораторией формирования здоровья детей» Российского научного центра восстановительной медицины и курортологии Минздрава РФ, доктора медицинских наук, кандидата психологических наук. Впервые, в отечественной и зарубежной педагогической литературе, о формировании здоровья, музыка занимает особое место в его уникальной программе «Здравствуй», являясь её интегральной основой, позволяющей организовать межфункциональный тренинг организма ребёнка.

Программа «Цветные нотки» в первую очередь направлена на оздоровление ребёнка в детском саду и семье, на желание самого ребёнка – стать здоровым.

Программа составлена на основе знаний возрастных, психолого-педагогических, физических особенностей детей младшего дошкольного возраста. Работа с детьми строится на взаимосотрудничестве, на основе уважительного, деликатного и тактичного отношения к личности ребёнка. Важный аспект в обучении – индивидуальный подход, удовлетворяющий требованиям познавательной деятельности ребёнка. В программе оригинальными способами синтезируются в единое целое музыка и песни, пластика и движения, игры и беседы, обширный сказочный материал.

Новизной программы является то, что педагог размышляет над вопросом, что такое здоровье и болезнь. А так же в разделе программы «Волшебное зеркальце», для сравнения запланировано проведение физиогномики. Всё это способствует формированию «внутренней картины здоровья».

С целью развития коммуникативных качеств, в программе разработана целая серия диалогов сказочных персонажей, где дети могут обмениваться информацией в виде ролевого тренинга.

Широко используется приём мифологизации образовательного материала (сказочные сюжеты). Необходимость данного приёма связана с тем, что в современном образовательном процессе используется лишь вербальный коммуникационный канал и почти не используется сенсорный.

Реклама и антиреклама ярко иллюстрирует силу мотивации в области здоровья, показывает необходимость её выявления и формирования положительных, а не отрицательных направлений.

В программу входят познавательные элементы, способствующие воспитанию личности ребёнка. В результате чего, у ребёнка дошкольника формируется позиция признания ценности здоровья, что позволяет кардинально перестроить мотивационное ядро личности, создать систему установок на здравосозидание не только по отношению к собственному «я», но и по отношению к миру. Ребёнок учится делать правильный выбор для себя и самостоятельно берёт ответственность за своё здоровье.

Специально подобранная музыка позволяет дозированно «тренировать» эмоциональный мир ребёнка и повышать уровень иммунных процессов в организме, приводит к снижению заболеваемости.

1.2. нормативно - правовые документы

Данная программа составлена в соответствии с нормативно - правовыми документами:

с законами РФ:

- Законом РФ от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Закон Российской Федерации от 07.02.1992 № 2300-1 (ред. От23.11.2009) «О защите прав потребителей»

с документами Правительства РФ:

- Постановлением Главного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Постановление правительства Российской Федерации от 15 августа 2013г. За № 706 г. Москва «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»

с локальными документами:

-Приказ №75 16.05.2014г. об утверждении регламента о порядке оказания платных услуг, предоставляемых муниципальными образовательными организациями.

-Лицензия на право ведения образовательной деятельности за № 6903(серия 16Л01№0002773, от 20 июля 2015 г.);

1.3.Программа «Цветные нотки» преследует следующие цели:

-воспитание у детей устойчивого интереса к оздоровлению собственного организма, развитие навыков ведения здорового образа жизни, ответственности за своё здоровье и здоровье окружающих;

-создание мотивации для формирования, сохранения и укрепления здоровья, как важного фактора развития личности ребёнка.

Реализация выдвинутых целей позволяет решать следующие задачи:

-воспитывать валеологическое сознание детей, которое включает в себя элементарные валеологические знания, стремление заботиться о своём здоровье, вести здоровый образ жизни;

-развивать основы валеологического мышления, т.е. умения использовать валеологические знания для своего оздоровления, укрепления здоровья, вырабатывать собственный вариант здорового образа жизни;

-воспитывать валеологическое мировоззрение, т.е. взгляды. Оценочные суждения о фактах и явлениях ухудшающих или улучшающих здоровье человека;

-формировать осознанную потребность в физическом здоровье, понимание сущности здорового образа жизни.

Для достижения целей программы первостепенное значение имеет:

- системное проведение занятий;

-грамотное чередование дыхания;

-максимальное использование разнообразных видов детской деятельности;

-творческая организация процесса воспитания и вариативность использования образовательного материала.

Такие занятия вызывают у дошкольников интерес. Ведь восприятие музыки не требует подготовки, и доступно детям данного возраста.

В роли организатора занятий выступает музыкальный руководитель, так как работа по оздоровлению ведётся в первую очередь с помощью музыки.

О пользе этого увлекательного процесса и говорить не приходится. Ведь в музыке заложен колоссальный потенциал для оздоровления детей.

Каждое занятие решает познавательные, оздоровительные и исследовательские задачи

1.4.Основные принципы программы:

1. Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно – обоснованными и практически апробированными методиками.
2. Принцип активности и сознательности – участие педагога и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
3. Принцип комплексности и интегративности решения оздоровительных задач в системе всего учебно – воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. Принцип результативности и гарантированности – гарантия положительного результата не зависимо от возраста и уровня развития детей.
5. Принцип адресованности и преемственности – учёт состояния здоровья и возрастного развития детей.
6. Принцип творчества; развития фантазии, образного мышления, уверенности в своих силах.
7. Принцип общедоступности.
8. Принцип свободы выбора.
9. Принцип успешности
10. Принцип учёта возрастных психологических особенностей детей при отборе содержания и методов воспитания и развития.
11. Принцип системности.

Концепция программы:

Здоровье детей дошкольного возраста социально обусловлено и зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровья родителей и наследственности, условия жизни и воспитания ребёнка в семье, образовательном учреждении. Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, являются система воспитания и обучения, включая физическое воспитание, охрану психического здоровья детей, а также организация медицинской помощи. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребёнка, желание всё узнать и всё попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм. Укрепление здоровья детей должно стать ценностным приоритетом ДОО. Особенностью организации и содержания учебно – воспитательного процесса должен стать интегрированный подход, направленный на воспитание у дошкольника потребности в здоровом образе жизни.

Актуальность программы «Цветные нотки» заключается:

- в поиске новых средств сохранения и укрепления психического и физического здоровья детей;
- взаимодействие педагога дополнительного образования с семьёй.

Преимуществом программы является формирование представлений о здоровом образе жизни на уровне знаний, умений и стойких привычек.

Образовательная программа составлена с учетом требований современной педагогики, апробирована в детском коллективе в течение 8 лет и корректировалась с учётом современной жизни.

1.5. Методы и приёмы, используемые в программе

Задачи и содержание программы «Весёлые нотки» определяют выбор методов и методических приемов обучения. Выбор методов зависит также от того, каким источником будут пользоваться дети при получении знаний.

Естественно, что первым источником является специально подобранная *музыка*, которая позволяет дозированно «тренировать» эмоциональный мир ребёнка и повышать уровень иммунных процессов в организме, приводит к снижению заболеваемости. (Методологической основой моей программы, являются музыкальные произведения, созданные М. Л. Лазаревым – заведующим «Лабораторией формирования здоровья детей» Российского научного центра восстановительной медицины и курортологии Минздрава РФ, доктора медицинских наук, кандидата психологических наук. Впервые, в отечественной и зарубежной педагогической литературе, о формировании здоровья, музыка занимает особое место в его уникальной программе «Здравствуй», являясь её интегральной основой, позволяющей организовать межфункциональный тренинг организма ребёнка).

Вторым источником получения знаний является широко используемый приём мифологизации образовательного материала (сказочные сюжеты). Герои сказок – юные учителя здоровья – собирательный образ учителей, которые обучают ребенка способам решения проблем, связанных со здоровьем, и способам формирования здоровой личности. Имена героев имеют лингвистическое сходство с явлениями природы, либо в них присутствуют элементы той области человеческих знаний, которую ребенок будет в дальнейшем изучать. Огник – источник огня, Орси – частичка земли, Яник – солнечное начало, Ростик – частичка флоры, Йоник – частичка воздуха, Капелька – частичка воды, Вита – жизненная вибрация, нотка. Необходимость данного приёма связана с тем, что в современном образовательном процессе используется лишь вербальный коммуникационный канал и почти не используется сенсорный.

Третьим источником является реклама и антиреклама, которая ярко иллюстрирует силу мотивации в области здоровья, показывает необходимость её выявления и формирования положительных, а не отрицательных направлений.

С целью развития коммуникативных качеств, в программе разработана целая серия диалогов сказочных персонажей, где дети могут обмениваться информацией в виде ролевого тренинга.

Четвёртым источником получения здорового образования является нейромышечное согласование в жизнедеятельности организма. Суть его заключается в том, что информационным образовательным потокам должны соответствовать психоэмоциональные переживания и двигательные нагрузки (по длительности, интенсивности и содержанию). Иными словами, каждое интеллектуальное усилие ребенка в процессе его образовательной деятельности должно быть сопряжено с адекватным физическим усилием. У ребенка, как и у взрослого, существует особый вид интеллекта – «интеллект развития». Именно он и позволяет ребенку развивать и оздоравливать самого себя.

Методы, используемые в Программе.

Методы	-наглядный
	-исследовательский
	-практический
	-объяснительно – иллюстративный
	-проблемно – поисковый
	-метод музыкальной психорегуляции дыхания.

Каждый метод включает в себя систему различных приемов, зависящих от его специфики. Выбор методических приёмов определяется конкретными задачами занятия, сложностью музыкального материала, этапом обучения и уровнем общего развития детей.

Подбирая для обучения детей различные методические приемы, необходимо руководствоваться следующими правилами:

- обеспечить высокий художественный уровень предлагаемого детям музыкального материала и качество его исполнения;
- учитывать возрастные особенности данного детского коллектива, уровень его общего и музыкального развития, его организованность;
- учитывать образность и конкретность восприятия музыки детьми младшего дошкольного возраста.

Наглядный метод включает следующие компоненты:

- **Слуховую наглядность**, т.е. музыка на занятиях должна звучать, как в «живом» исполнении, так и в записи.

Музыка позволяет ребёнку почувствовать себя частью космоса, выйти за пределы своих личных проблем.

Как известно, музыка действует на эмоции человека, а любая эмоция связана с определёнными биологическими реакциями в организме. Поэтому, в определённом смысле можно считать, что восприятие музыкальных произведений вызывает различные изменения в биохимических процессах. Кроме того, специально подобранная музыка позволяет повышать уровень иммунных процессов в организме, приводит к снижению его заболеваемости.

- **Тактильную наглядность** - непосредственное ощущение телом волновых колебаний музыкального звучания.

- **Зрительную наглядность**, которая в процессе музыкального развития сочетается со слуховой. К зрительной наглядности относятся: электронные презентации, показ мультфильмов, внесение сказочных персонажей: Здравика, Фырки, Огника, Ростика, Капельки, проведение физиогномики, показ игрушек, муляжей продуктов, картинок, плакатов с рекламой и т. д., относящихся к данному музыкальному произведению, показ певческих приемов.

Исследовательский метод – «погружение» в краски, звуки, запахи и образы природы; эксперименты и наблюдения; постановка вопросов проблемного характера; ответы на вопросы; дополнение предложений; сказки; загадки; выявление сознания собственной ценности (Игра «Волшебное зеркальце»).

Практический метод – умение ребёнка определять запахи, используя обоняние, умение делать для себя правильный выбор; умение ребёнка находить иллюстрацию с эмоцией; умение конструировать человеческое тело и закрашивание изображения по теме занятия.

Объяснительно – иллюстративный метод обращен к сознанию ребенка, способствует осмысленности, содержательности его деятельности. Слово педагога помогает понять содержание музыкального произведения, пробуждает воображение, способствует проявлению творческой активности.

- **Объяснение** - используется, когда предлагается новое произведение. Объяснение должно быть четким, кратким; дается повторно на первом этапе усвоения детьми музыкального материала и заданий. *Образный рассказ* способствует заинтересованности детей, более глубокому пониманию содержания произведения, вызывает у них эмоциональные переживания, развивает воображение. Образный рассказ должен точно следовать сюжетной фабуле музыкального произведения

- **Беседа** - проводится с детьми после прослушивания музыки, реже - перед слушанием, когда надо конкретизировать содержание произведения. Беседы с детьми не должны быть длительными, а наоборот, отличаться лаконичностью и конкретностью.

-Поэтическое слово - чтение небольшого прозаического или поэтического литературного произведения, или его фрагмента перед исполнением музыки также помогает детям глубже понять и почувствовать её образный настрой. Перед слушанием новой песни педагогу целесообразно прочитать детям ее текст.

-Поэтическое слово - чтение небольшого прозаического или поэтического литературного произведения, или его фрагмента перед исполнением музыки также помогает детям глубже понять и почувствовать её образный настрой. Перед слушанием новой песни педагогу целесообразно прочитать детям ее текст.

-Указания - даются во время выполнения детьми различных заданий. Указания помогают ребенку понять, как надо выполнять, уточняют способ выполнения действий.

Проблемно – поисковый метод - понимать жанровые особенности рассказов; оценивать поступки героев, анализировать, иметь свое мнение о прочитанном. Весь образовательный материал формирует у ребенка рефлекс цели - главный мотиватор человеческой деятельности. Необходимо, чтобы ребенок мог ставить перед собой цели с их дальнейшим достижением, а не быть пассивным участником образовательного процесса, где за него решается абсолютно все.

Метод музыкальной психорегуляции дыхания, предполагающий постоянный дозированный эмоционально – дыхательный тренинг ребенка в течение всего года. Для осуществления данного метода были специально написаны песни (вокальные номера) на тематическом материале уроков здоровья. Каждая песня представляет собой цветоинтонационную гимнастику. Важно отметить, что дыхательная звукотерапия позволяет детям заниматься оздоровлением, не замечая процесса лечения.

Методические приёмы, используемые в Программе

- рассказы и беседы валеолога;
- заучивание мотивов здоровья;
- моделирование различных ситуаций
- рассматривание иллюстраций, предметных картинок, плакатов;
- использование физиогномики;
- конструирование человеческого тела;
- дидактические игры;
- игры – тренировки;
- подвижные игры;
- пальчиковая и дыхательная гимнастика;

- самомассаж;
- физкультминутки;
- сказкотерапия;
- электронные презентации;
- просмотр мультфильмов.

1.6. Основные направления программы:

- материально – техническое оснащение оздоровительного процесса;
- воспитательно – образовательное направление;
- профилактическое направление;
- мониторинг реализации программы.

в программе предусмотрены ряд тем, направленных на отработку у ребёнка основных дыхательных качеств и оптимизацию функции дыхания. Ребёнок начинает заниматься дыхательной гимнастикой, через приятные эмоционально окрашенные виды деятельности – пение, чтение стихов, это формирует у него дыхательное удовольствие, которое чрезвычайно важно в процессе оздоровления дыхательной функции.

1.7. Перспектива и ожидаемый результат:

В подходе к собственному здоровью чаще всего прослеживается стратегия предупредительного характера. Именно дошкольное образование должно способствовать воспитанию у детей привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни, формированию навыков принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья. Очень важно помочь детям “правильно повзрослеть”, не приобрести вредных привычек, а главное — научиться управлять своим организмом, чтобы сохранить и укрепить здоровье. Устанавливать связи: - между органом тела человека и выполняемыми им функциями; - между отношением к своему организму и возможным заболеванием. Уметь: - анализировать свои поступки и поступки других людей с позиций их нравственных норм (их пользы или вреда для здоровья человека). Важно воспитывать у детей понимание того, что здоровье - самая величайшая ценность, дарованная человеку Природой. Благоприятно влияние и музыки на общее эмоциональное состояние детей младшего возраста. Ребёнок в итоге обучения оздоравливает и развивает себя сам. В этом и есть дальнейшая перспектива обучения и воспитания дошкольников в кружке «Цветные нотки» музыкально-оздоровительной направленности.

1.8. Возрастные особенности психофизического развития детей

3-4 лет (младшая группа)

В возрасте 3–4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет.

В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования прототипов — индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам — культурно-выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса — и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3–4 слова и 5–6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей. Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. **Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие.** Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные

взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. **Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.**

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом **поведение ребенка еще ситуативно.** Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

В возрасте от 3 – 4 лет необходимым становится создание условий для активного экспериментирования ребёнка со звуками с целью накопления первоначального музыкального опыта. Манипулирование музыкальными звуками и игра с ними (при их прослушивании, элементарном музицировании, пении, выполнения простейших танцевальных и ритмических движений) позволяют ребёнку начать в дальнейшем ориентироваться в характере музыки, её жанрах.

Содержанием музыкального воспитания детей данного возраста является приобщение их к разным видам музыкальной деятельности, формирование интереса к музыке, элементарных музыкальных способностей и освоение некоторых исполнительских навыков. В этот период, прежде всего, формируется восприятие музыки, характеризующееся эмоциональной отзывчивостью на произведения. Маленький ребёнок воспринимает музыкальное произведение в целом. Постепенно он начинает слышать и вычленять выразительную интонацию, изобразительные моменты, затем дифференцирует части произведения. Исполнительская деятельность у детей данного возраста лишь начинает своё становление.

Голосовой аппарат ещё не сформирован, голосовая мышца не развита, связки тонкие, короткие. Голос ребёнка не сильный, дыхание слабое, поверхностное. Поэтому репертуар должен отличаться доступностью текста и мелодии. Поскольку малыши обладают произвольным вниманием, весь процесс обучения надо организовать так, чтобы он воздействовал на чувства и интересы детей. Дети проявляют эмоциональную отзывчивость на использование игровых приёмов и доступного материала.

2.Содержательный раздел

2.1.Интеграция с другими образовательными областями:

Физическое развитие	<p>В программе «Цветные нотки» центральное место занимает музыка. В ней заложен колоссальный потенциал для оздоровления</p> <p>Во-первых, музыка действует на многие сферы жизнедеятельности через три основных фактора: вибрационный, физиологический, психологический.</p> <ul style="list-style-type: none">* Вибрационный фактор музыки является стимулятором обменных процессов на уровне клетки.* Физиологический фактор музыки способен изменять различные функции организма, такие как дыхательная, двигательная, сердечно – сосудистая.* Психологический фактор через ассоциативные связи, медитации, способен значительно менять психическое состояние здоровья. <p>Во-вторых, музыка имеет фундаментальные начала всего живого: ритм, мелодию, гармонию. Она учит ребёнка чувствовать ритмы жизни, синхронизирует биохимические</p>
----------------------------	--

	<p>процессы организма.</p> <p>В-третьих, музыка позволяет совершенствовать дыхательную функцию, влияя на ритм дыхания через музыкальную фразу.</p> <p>В программе создан особый дополнительный приём, который может сделать процесс формирования здоровья более успешным, он заключается в том, что все волшебные (мудрые) слова в каждой теме написаны в виде небольших песенок, названных мотивами здоровья, которые, через эмоциональный фактор закрепляют формирование общей мотивации здоровья. Объём вокально-речевой деятельности детей реализует идеи о соотношении психоэмоциональной и двигательной нагрузки в образовательном процессе</p>
Речевое развитие	<p>Дети заучивают на занятиях мотивы здоровья, песенки и стихи. Тексты песен несут двойную нагрузку: смысловую и оздоровительную (звуковая вибрация, артикуляционные, дыхательные упражнения и т.д.) и написаны близким и понятным для них языком.</p>
Познавательное развитие	<p>Связано с разной тематикой. Дети познают мир через пение, через сказочный материал. Воспитывает вкус ребёнка и обогащает его разнообразными образами, развивается способность к творческому самостоятельному самовыражению, расширение кругозора детей;</p>
Социально-коммуникативное развитие	<p>Формирование представлений о музыкальной культуре и музыкальном искусстве; игровой деятельности; формирование гендерной, семейной, принадлежности, чувства принадлежности к мировому сообществу.</p>
Художественно-эстетическое развитие	<p>Создание условий для развития творческих способностей и нравственного становления детей при помощи сказочного материала; приёмов мифологизации; специально подобранного музыкального материала, позволяющего дозированно «тренировать» эмоциональный мир ребёнка.</p>

2.2. Формы работы:

1. Беседы;
2. Занятия;

3. Групповая работа;
4. Индивидуальная работа;
5. Работа с родителями;
6. Игра.

2.3. Структура программы:

Работа по программе осуществляется с детьми дошкольного возраста 3-4 лет.

Каждый блок программы имеет свои задачи и особенности организации деятельности и предусматривает формирование необходимых представлений, умений и навыков в процессе обучения.

Программа сопровождается перечнем литературы и музыкальных произведений, рекомендованных к использованию в педагогическом процессе.

Имеется диагностика усвоения детьми материала.

Для рефлексии составлена таблица предпочтений детей по итогам пройденных тем.

Конспекты занятий.

2.4. Отличительные особенности программы:

Материал программы структурно представлен в виде 6 нот. Каждая нота окрашена в определённый цвет и является блоком программы.

1. Блок «Волшебное зеркальце» представлен оранжевой ноткой. Оранжевый – цвет сказки, творчества и фантазии. Цель – формировать представление о себе, своём организме. Научить ребёнка бережно относиться к своему здоровью. Любить себя, свой организм и окружающих людей.
2. Блок «Целебные звуки» - представлен жёлтой ноткой. Жёлтый – цвет радости, цвет веселья и счастья. Цель – научить детей использовать звуки для своего развития и улучшения здоровья.
3. Блок «Вода и мыло» представлен синей ноткой. Синий – цвет воды, цвет глубины моря, цвет безграничных возможностей. Цель – приобщить ребёнка к здоровому образу жизни, освоить гигиеническую культуру, обучить его способам профилактики инфекционных заболеваний.

4. Блок «Полезная еда» представлен зелёной ноткой. Зелёный цвет успокаивает, считается самым целебным. Цель – научить ребёнка осознанно подходить к своему питанию.
5. Блок «Весёлые движения» представлен красной ноткой. Красный цвет делает человека сильным и ответственным. Цель – приобщать ребёнка к двигательной культуре и оптимизировать его двигательную активность.
6. Блок «Чудо нос» представлен голубой ноткой. Голубой - цвет прохлады, чистого неба, свежего дыхания. Цель – научить ребёнка улучшать функции внешнего дыхания.

2.5. Работа с родителями

Работа с родителями – одно из важнейших направлений воспитательно-образовательной работы в ДОУ. Семья имеет решающее влияние на развитие основных черт личности ребенка, поскольку единство целей и задач общественного и семейного воспитания детей обусловлено самой природой. Только при поддержке семьи возможна динамика в интеллектуальном развитии ребенка. Педагог старается удовлетворить запросы родителей по развитию и воспитанию детей. ДОУ выступает в роли активного помощника семье для развития индивидуальных особенностей каждого ребенка, постоянно изучает и влияет на формирование образовательных запросов родителей, проектирует условия для их удовлетворения. Родители постепенно становятся единомышленниками и профессиональными помощниками педагога. Родители должны тоже быть активными участниками процесса. В течение года не раз проводится анкетирование, чтобы вовремя внести корректировку в программу кружка и в индивидуальные занятия. Чтобы расширить кругозор родителей, дать им действенные советы и рекомендации, проводим консультации, оформляем рекламный блок, памятки. Педагог кружка рассказывает о достижениях ребенка, о задачах, стоящих перед ним, и получают такую же информацию от родителей. Двусторонний поток информации, знаний и опыта, партнерский характер взаимодействия делает сотрудничество более успешным.

Работа с родителями включает беседы, индивидуальные консультации, семинары-практикумы, выступления-презентации на родительских собраниях, дни “открытых дверей” с проведением показательных занятий. С целью определения согласованных направлений дальнейшей работы по валеологическому воспитанию, периодически может проводиться анкетирование (Приложение). В “Родительский уголок” помещаются статьи, позволяющие расширять знания по обсуждаемой тематике, ориентирующие на укрепление здоровья. Родителями может быть оказана большая помощь в приобретении и изготовлении наглядных пособий, материалов, атрибутов предметно-игровой среды и т.п.

2.6. Содержание программы

Содержание программы включает в себя 6 основных блоков

№ п/п	Нотка	Блок	Кол-во занятий	Часы
1.		Волшебное зеркальце	8	8
2.		Целебные звуки	6	6
3.		Вода и мыло	6	6
4.		Полезная еда	4	4

5.		Весёлые движения	4	4
6.		Чудо нос	4	4

2.7. КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН

ОКТАБРЬ			
ООД №1	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
<p>Наименование темы, цели. «Волшебное зеркальце» Формировать представление о себе, своём организме. Формировать у ребёнка умение бережного отношения к своему здоровью. Любить себя, свой организм и</p>	1. “ Музыкальное приветствие” муз. Л.Хисматуллиной	Способствовать созданию комфортной обстановки, сближению детей друг с другом.	Фонограмма mp3, показ движений.
	2.Сказка о стране Здоровья. Знакомство со Здравиком.	Расширять знания детей о стране Здоровья. Познакомить детей с главным героем страны Здоровья Здравиком.	Появление Здравика – кукла би-ба-бо
	3.Слушание песни Здравика. Муз. М.Л.Лазарева	Формировать эмоциональную отзывчивость на песню, понимать её содержание, эмоционально откликаться	Фонограмма mp3, Здравик.
	4.Игра: «Самое дорогое на свете»	Подвести детей к осознанию своей ценности, ответу на вопрос: «Как ты думаешь, что самое дорогое на свете находится в сундучке?»	Сундучок и зеркальце.
	5.Мотив здоровья «Свет мой, зеркальце»	Познакомить детей с новым мотивом здоровья, подстраиваться к интонации	«Книга песен» М.Л. Лазарева

окружающих людей.		взрослого, подводить к устойчивому навыку точного интонирования несложных мелодий, запоминать содержание мотива. Формировать у ребёнка физиологическую мотивацию здоровья.	
	6.Слушание инструментальной музыки: «Дождик»	Развивать эмоциональность детей, способность воспринимать, переживать и понимать музыку. Эмоционально откликаться на музыку контрастного характера (дети шуршиками отмечают тихое и громкое звучание музыки).	Фонограмма mp3, внесение шуршиков.
	7.Медитация «Оранжевая песенка»	Познакомить детей с целебной силой оранжевого цвета. Цветом сказки, творчества и фантазии. Формировать умение концентрировать внимание во время слушания медитации.	Фонограмма mp3

ООД №2	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы.
Наименование темы, цели. «Волшебное зеркальце» Продолжать формировать представление о себе, своём организме. Формировать у	1. “ Музыкальное приветствие”	Создавать благоприятные условия для дальнейшего общения с детьми.	Фонограмма mp3
	2.Сказка «Кто такой Здравик?»	Формирование мотивации здоровья, воспитание потребности ребёнка в общении.	Появление Здравика – кукла би-ба-бо
	3.Слушание песенки Здравика.	Продолжать знакомить детей с песней Здравика. Эмоционально откликаться на песню радостного характера. Развивать умение детей слушать песню с	Фонограмма mp3, Здравик.

ребёнка умение бережного отношения к своему здоровью. Любить себя, свой организм и окружающих людей.		вниманием, уметь высказываться по содержанию песни.	
	4.Игра «Моё тело»	Формировать представление о себе, как о человеке (у меня есть тело , тело нужно , чтобы жить; из каких частей состоит мое тело); - расширять <u>словарный запас</u> (части тела) -развивать умение соотносить свои движения со словами. Вызвать у детей эмоциональный отклик, «Книга песен» М.Л. Лазарева желание петь; правильно брать дыхание; развивать умение соотносить свои движения со словами.	Большое зеркало. Выразительный показ движений
	5.Пение: «Почемучка» - активизация словаря.		
	6.Логоритмика «Похлопаем», «Пальчики», «Молоток», «Барабан».	Совершенствовать артикуляторную, мелкую и крупную моторику. Развивать чёткие координированные движения во взаимосвязи с речью.	Электронная презентация.
	7.Игра со Здравиком: «Нюхаем цветочки», «Дуем на листочки».	Развивать у детей умение правильно, довольно глубоко дышать.	Муз/дид. игры на развитие дыхания: нюхаем цветочки; дуем на листочки.
	8.Психогимнастика «Лучик»	Снять напряжение, настроиться на радостное эмоциональное состояние.	Выразительный показ движений
ООД № 3	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели.	1. “ Музыкальное приветствие” муз. Л.Хисматуллиной	Создавать благоприятные условия для дальнейшего общения с детьми.	Фонограмма mp3, показ движений.
	2.Знакомство	Расширять знания детей о стране Болонезей.	Появление Фырки –

<p>«Волшебное зеркальце» Продолжать формировать представление о себе, своём организме. Формировать у ребёнка умение бережного отношения к своему здоровью. Любить себя, свой организм и окружающих людей.</p>	с Фыркой.	Познакомить детей с героем страны Болезней - Фыркой. Развивать умение оценивать поступки героев, анализировать, иметь свое мнение о прочитанном.	кукла би-ба-бо. Книга сказок.
	3.Слушание песни Фырки. Муз. М.Л.Лазарева	Формировать у детей эмоциональную отзывчивость на песню, понимать её содержание, эмоционально откликаться	Фонограмма mp3, Фырка.
	4.Дыхательное упражнение «Деревья качаются», «Нюхаем цветочки».	Продолжать развивать у детей умение правильно выполнять дыхательные упражнения, не поднимать плеч.	Сундучок и зеркальце.
	5.Логоритмика: «Подметаем», «Шлёп-шлёп», «Винтики», «Киски», «Рыбки».	Продолжать развивать у детей чёткие координированные движения во взаимосвязи с речью.	Нотное приложение . Пение группой, выразительный показ движений.
	6.Физиогномика	Провести сравнительный анализ - 9 отличий признаков здоровья и болезней.	Портрет Фырки и Здравика
	7.Медитация: «Оранжевая песенка»	Развивать умение концентрировать внимание во время слушания медитации.	Фонограмма mp3
ООД № 4	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
<p>Наименование темы, цели.</p> <p>«Волшебное зеркальце» Продолжать формировать представление о себе, своём</p>	1.“ Музыкальное приветствие”	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Фонограмма mp3
	2.Слушание песни Здравика	Продолжать формировать умение у детей внимательно слушать песню; отвечать на вопросы по содержанию и характеру музыки.	Фонограмма mp3, Внесение Здравика.
	3.Сказка о волшебном слове «Здравствуй»	Познакомить со смыслом слова «Здравствуй». Употреблять в речи слова приветствия – «волшебные слова».	Электронная презентация

<p>организме. Формировать у ребёнка умение бережного отношения к своему здоровью. Любить себя, свой организм и окружающих людей.</p>	4.Игра «Как тебя зовут?»	Развивать память, внимание, фантазию; совершенствовать творческие проявления.	Внесение Здравика.
	5.Беседа с детьми о том, что от хороших и плохих слов зависит собственное здоровье и здоровье окружающих.	Воспитывать потребность ребёнка в общении. Принимать участие в коллективной беседе. Уметь отвечать на вопросы	Книга Сказок.
	6.Звуковая игра: «Пробуждение»	Закреплять простые в артикуляционном отношении звуки, на выработку четкого и внятного произнесения слов.	Использование дидактического материала, игрушек.
	7.Медитация: «Оранжевая песенка»	Продолжать развивать умение у детей концентрировать внимание во время слушания медитации.	Фонограмма mp3

НОЯБРЬ

ООД № 5	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели.	1.“ Музыкальное приветствие”	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Фонограмма mp3
<p><u>«Волшебное зеркальце»</u> Продолжать формировать представление о себе, своём организме. Формировать у ребёнка умение</p>	2. Ритмическая гимнастика: «Рельсы-рельсы»	Оптимизировать двигательную активность детей, используя песню, формировать у них двигательную мотивацию; воспитывать интерес к приёмам оздоровления.	Электронная презентация песни «Рельсы-рельсы» Лазарева М.Л.
	3. В гостях у Фырки	Формировать у ребенка познавательную мотивацию здоровья, через создание особого сказочного микромира - отрицательного героя хлюпика Фырки.	Электронная презентация, внесение Фырки.
	4.Слушание песенки «Грубый мальчик»	Знакомить детей с положительными и отрицательными примерами в области здоровья при помощи песни.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	5.Беседа с детьми о	Воспитывать потребность ребёнка в общении.	Книга Сказок.

бережного отношения к своему здоровью. Любить себя, свой организм и окружающих людей.	том, что от хороших и плохих слов зависит собственное здоровье и здоровье окружающих.	Принимать участие в коллективной беседе. Уметь отвечать на вопросы	
	6.Песня: «Однажды»	Знакомить детей с этическими правилами, формировать умение ими пользоваться.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	7.Звуковая игра: «Пробуждение»	Продолжать закреплять простые в артикуляционном отношении звуки, на выработку четкого и внятного произнесения слов.	Использование дидактического материала, игрушек.
ООД № 6	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели. «Волшебное зеркальце» Продолжать формировать представление о себе, своём организме. Формировать у ребёнка умение бережного отношения к своему здоровью.	1.“ Музыкальное приветствие”	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Фонограмма mp3
	2.В гостях у Здравика.	Развивать умение у детей понимать жанровые особенности рассказов; оценивать поступки героев, анализировать, иметь свое мнение о прочитанном.	Книга Сказок. Внесение Здравика.
	3.Упражнение на дыхание: «Надуем шарик»	Улучшать функцию внешнего дыхания детей; тренировать силу выдоха; развивать умение надувать воздушные шарик.	Фонограмма mp3 «Полет на шарике» Внесение воздушных шариков.
	4.Рассказ, из каких частей состоит наше тело, как оно нам служит и помогает жить.	Продолжать формировать представление о себе, как о человеке (у меня есть тело, тело нужно, чтобы жить; из каких частей состоит мое тело); расширять <u>словарный запас</u> .	Электронная презентация.
	5.Конструирование	Закрепить знания о контурах человеческого тела.	Большой лист бумаги,

Любить себя, свой организм и окружающих людей.	тела.	Заинтересовать детей изучением собственного тела.	маркер.
	6.Песня: «Почемучка»	Продолжать развивать умение соотносить свои движения со словами.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	7.Игра «Моё тело»	Закреплять знания из каких частей состоит человеческое тело; продолжать расширять <u>словарный запас</u> (части тела); развивать умение соотносить свои движения со словами. Осваивать приемы самомассажа.	Большое зеркало.
	8.Пение песни: «Знай своё тело»	Формировать умение у детей точного интонирования несложных мелодий, запоминать содержание песни. Формировать у ребёнка физиологическую мотивацию здоровья. Провести словарную работу.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
ООД № 7	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы.
Наименование темы, цели. «Волшебное зеркальце» Продолжать формировать представление о себе, своём организме. Формировать у ребёнка умение бережного	1. “Музыкальное приветствие”	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Фонограмма mp3
	2.Слушание песенки: «Здравик»	Формировать эмоциональную отзывчивость на песню, понимать её содержание, эмоционально откликаться	Фонограмма mp3, внесение Здравика.
	3.Конструирование тела. «Угадайка»	Продолжать закрепить знания о контурах человеческого тела. Заинтересовать детей изучением собственного тела.	Большой лист бумаги, маркер, цветные карандаши.
	4.Кто такой Фырка?	Развивать умение у детей понимать жанровые особенности рассказов; оценивать поступки героев, анализировать, иметь свое мнение о прочитанном.	Книга сказок. Внесение Фырки.
	5.Слушание песенки:	Формировать эмоциональную отзывчивость на песню,	Фонограмма mp3,

отношения к своему здоровью. Любить себя, свой организм и окружающих людей.	«Фырка»	понимать её содержание, эмоционально откликаться	внесение Фырки.
	6. Физиогномика.	Провести сравнительный анализ - 9 отличий признаков здоровья и болезней	Портрет Фырки и Здравика.
	7. Брат мажор и брат минор - активизация словаря.	Вызвать эмоциональный отклик на контрастную выразительность минора и мажора.	Маски радости и грусти. Электронная презентация.
	8. Звуковая игра «Слушаем тишину»	Продолжать развивать тембровый слух детей	музыкально-дидактическая игра
ООД № 8	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели. «Волшебное зеркальце» Продолжать формировать представление о себе, своём организме. Формировать у ребёнка умение бережного отношения к своему здоровью.	1. «Музыкальное приветствие»	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Фонограмма mp3
	2. Фырка и Здравик.	Продолжать знакомить с положительными и отрицательными примерами в области здоровья. Воспитывать потребность ребёнка в общении.	Книга сказок. Внесение Фырки и Здравика.
	3. Слушание песни: «Жадина»	Познакомить детей с новой песней.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	4. Сказка: «Жадина». Совет о здоровье	Объяснить важность дружеских отношений.	Книга сказок.
	5. Игра: «Самое дорогое на свете»	Продолжать подводить детей к осознанию своей ценности, уметь проводить психологическую самодиагностику.	Сундучок, зеркальце.
	6. Ритмическая песня: «Рельсы-рельсы»	Оптимизировать двигательную активность детей, используя песню, формировать у них двигательную	Фонограмма mp3

Любить себя, свой организм и окружающих людей.		мотивацию; воспитывать интерес к приёмам оздоровления.	
	7. Пение «Песня о дружбе»	Познакомить детей с новой песней.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	8. Игра: «Лесенка счастья»	Провести первичную диагностику в игровой форме, выявить способности ребенка	Внесение музыкальной лесенки.
	9. Психогимнастика «Лучик»	Снять напряжение, настроиться на радостное эмоциональное состояние.	

ДЕКАБРЬ

ООД № 1	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы.
Наименование темы, цели. «Целебные звуки»	1. Музыкальное приветствие “Музыка, здравствуй” муз. М.Л. Лазарева	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Фонограмма mp3
Формировать у детей умение использовать звуки для своего развития и улучшения здоровья.	2. Сказка «Страна здоровья».	Продолжать знакомить с положительными примерами в области здоровья. Воспитывать потребность ребёнка в общении.	Книга сказок.
	3. Мотив здоровья «Целебные звуки»	Познакомить детей с новым мотивом здоровья, подстраиваться к интонации взрослого, подводить к устойчивому навыку точного интонирования несложных мелодий, запоминать содержание мотива.	Внесение фланелеграфа, пение группой.
	4. Звуковая гимнастика: «Жуки» (ж-ж-ж);	Развивать умение у детей использовать звуки для своего развития и улучшения здоровья, помочь улучшить показатели функции внешнего дыхания,	Фонограмма mp3 «Жуки». Во время пения «ж-ж-ж» - кисть на груди;

	5.Звуковая гимнастика «Комарик» (3-3-3)	Формировать у детей умение равномерно дышать во время пения; точно артикулировать, заниматься звуковой дыхательной гимнастикой, чисто интонировать в доступном диапазоне	Фонограмма mp3 «Комарик». Во время пения «3-3-3» - ладонь на передней поверхности шеи. Мышцы шеи полностью расслаблены
	6.Римическая гимнастика «Прогулка».	Оптимизировать двигательную активность детей, используя песню, формировать у них двигательную мотивацию; воспитывать интерес к приёмам оздоровления.	Фонограмма mp3, показ движений.
	7. Медитация «Жёлтая песенка»	Познакомить детей с целебной силой жёлтого цвета. Цветом радости, веселья и счастья. Формировать умение концентрировать внимание во время слушания медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	8. Пение «До свиданья, музыка»	Снять напряжение, успокоить детей.	Фонограмма mp3, подпевание песни группой.
ООД № 2	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели. «Целебные звуки»	1.Музыкальное приветствие “Музыка, здравствуй”	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
Продолжать формировать у	2.Сказка “Страна Здоровья”	Продолжать знакомить с положительными примерами в области здоровья. Воспитывать потребность ребёнка в	Книга сказок. Вопросы к детям

детей умение использовать звуки для своего развития и улучшения здоровья		общении.	
	3. Пение мотива здоровья “Целебные звуки”	Подстраиваться к интонации взрослого, подводить к устойчивому навыку точного интонирования несложных мелодий, четко произносить слова, запоминать содержание мотива.	Фонограмма mp3. Пение группой, показ движений, Выложить картинки животных на фланелеграфе.
	4. Песня “Весёлая корова” Р.Мазитова муз.	Обогащать музыкальные впечатления детей.	Электронная презентация песни
	5. Звуковая гимнастика: “Корова”	Знать и применять целебные звуки на практике	Внесение игрушечного жука, пение группой,
	6. Потешка: “Комарик”	Обогащать музыкальные впечатления детей.	Электронная презентация потешки.
	7. Звуковая гимнастика: “Комарик”	Развивать голосовую вибрацию.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
	8. Звуковая игра: “Слушаем тишину”	Снять напряжение, успокоить детей.	Фонограмма mp3. Дети слушают тишину, лёжа, расслабляются. Внесение спортивных ковриков.
	9. Пение «До свиданья, музыка»	Побуждать детей к чистому интонированию песни.	Фонограмма mp3. Пение группой
ООД № 3	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы

Наименование темы, цели. «Целебные звуки»	1.Музыкальное приветствие “Музыка, здравствуй”	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
Продолжать формировать у детей умение использовать звуки для своего развития и улучшения здоровья	2.Сказка: “Здравик и Фырка”	Продолжать знакомить детей с положительными и отрицательными примерами в области здоровья. Формировать умение отвечать на вопросы, проявлять активность, рассуждать по поводу здоровья человека.	Книга сказок. Внесение Фырки и Здравика. Вопросы к детям
	3.Звуковая гимнастика “Нытик”, “Корова”, “Жуки”, “Комарик”	Развивать умение у детей имитировать позы и звуки животных. Закреплять умение равномерно дышать во время пения.	Фонограмма mp3. Во время исполнения «н-н-н»- кисть на голове.
	4. Песня “Ёлка” М.Л.Лазарева	Обогащать музыкальные впечатления детей.	Электронная презентация песни “Ёлка”
	5.Пение: “Ёлка”, “Заяц”	Побуждать детей произносить звуки и звукосочетания по подражанию, хорошо артикулировать, заниматься звуковой дыхательной гимнастикой, уметь расслабляться с помощью звуков,	Книга песен. Внесение игрушек: Зайца и волка; пение группой.
	6.Звуковая игра: “Последнее слово”	Приобщать детей к совместному исполнению игровых упражнений; развивать звуковое дыхание.	Фонограмма mp3, выразительный показ.
	7.Пение «До свиданья, музыка»	Побуждать детей к чистому интонированию.	Фонограмма mp3. Пение группой.
	ООД № 4	Содержание занятия	Программное содержание
Наименование темы, цели. «Целебные звуки»	1.Музыкальное приветствие “Музыка, здравствуй”	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Фонограмма mp3, показ движений
	2.В гостях у Здравика	Продолжать знакомить с положительными примерами в	Беседа в форме

Продолжать формировать у детей умение использовать звуки для своего развития и улучшения здоровья		области здоровья. Формировать умение отвечать на вопросы, проявлять активность, рассуждать по поводу здоровья человека.	«Вопрос – ответ»; внесение Здравика.
	3.Беседа о пользе утренней гимнастики.	Создать условия для взаимодействия музыкального руководителя и детей по теме; формировать двигательную мотивацию.	Беседа «Почему полезно соблюдать режим дня»; «Чем полезна утренняя гимнастика»
	4. Ритмическая гимнастика: «Прогулка»; «Весёлая гимнастика»	Развивать двигательную активность детей, развивать умение самостоятельно исполнять танцевальные движения в ритме и характере мелодии; укреплять физическое здоровье детей.	Электронная презентация. Дети выполняют движения по показу.
	5.Звуковая гимнастика: «Самолёт», «Барабан»	Приобщать детей к совместному исполнению игровых упражнений; развивать звуковое дыхание.	Фонограмма mp3, пение группой по показу.
	6. Игра: «Целебные звуки природы»	Развивать тембровый, ритмический и регистровый слух, определять звуки природы	Фонограмма mp3, электронная презентация.
	7.Пение «До свиданья, музыка»	Побуждать детей к чистому интонированию.	Фонограмма mp3, Пение группой.

ЯНВАРЬ

ООД № 5	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели.	1.Музыкальное приветствие “Музыка, здравствуй”	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Фонограмма mp3, пение группой.
<u>«Целебные</u>	2.В стране Здоровья	Создать условия для взаимодействия музыкального	Беседа в форме

<p>звукИ» Продолжать формировать у детей умение использовать звуки для своего развития и улучшения здоровья</p>		руководителя и детей по теме. Уметь изображать здоровячков и жителей планеты Болезней.	«Вопрос – ответ»; внесение Здравика.
	3.Пение мотива: “Целебные звуки”	Вызвать эмоциональный отклик на песню, формировать способность внятно пропевать слова, понимая их смысл, правильно произносить гласные и согласные в конце и в середине слов. Формировать навыки коллективного пения, сопровождать пение игровыми движениями.	Фонограмма mp3, Пение группой. Выложить на фланелеграфе содержание припева.
	4.Песня “Курочка” М.Л.Лазарев	Обогащать музыкальные впечатления детей.	Электронная презентация песни
	5.Звуковая гимнастика “Курочка”	Развитие плавного, длительного вдоха.	Объяснения и выразительный показ
	6. Песня “Гуси”	Обогащать музыкальные впечатления детей.	Электронная презентация песни
	7.Звуковая гимнастика “Гуси”	Развитие плавного, длительного вдоха	выразительный показ муз. руководителя.
	8.Медитация: “Желтая песенка”	Формировать умение концентрировать внимание во время слушания медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
ООД № 6	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
<p>Наименование темы, цели. «Целебные звукИ» Продолжать формировать у детей умение использовать</p>	1.Музыкальное приветствие “Музыка, здравствуй”	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
	2.Римическая гимнастика: “Рельсы-рельсы”	Оптимизировать двигательную активность детей, используя песню, формировать у них двигательную мотивацию; воспитывать интерес к приёмам оздоровления; обучать приёмам массажа; воспитывать	Фонограмма mp3, внесение спортивных ковриков; выразительный показ

звуки для своего развития и улучшения здоровья		доброжелательное отношение друг к другу.	движений музыкальным руководителем, поощрения.
	2.В гостях у Фырки.	Вызвать эмоциональный отклик на сказочный материал; развивать устную речь детей	Книга сказок, беседа в форме «Вопрос-ответ», Внесение Фырки.
	3.Пение песни “Фырка”	Вызвать желание слушать и подпевать песню и живо реагировать на ее характер.	Фонограмма mp3, пение группой
	4.Беседа о правилах вежливости.	Повышать мыслительную активность, устную речь детей, воспитывать потребность ребёнка в общении.	Книга сказок, электронная презентация, вопросы к детям, поощрения.
	5.Звуковая гимнастика: “Ворона”, “Нытик”, “Корова”.	Развивать умение у детей имитировать позы и звуки животных. Закреплять умение равномерно дышать во время пения.	Фонограмма mp3, Электронная презентация.
	6.Медитация: “Жёлтая песенка”	Формировать умение концентрировать внимание во время слушания медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	7.Пение: “До свиданья, музыка”	Закрепить умение равномерно дышать во время пения.	Фонограмма mp3, пение группой.
ООД № 1	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели. <u>«Вода и мыло»</u> Приобщать	1.Музыкальное приветствие “Здравствуй, небо голубое” муз. М.Л.Лазарева	Создание благоприятной атмосферы и концентрации внимания на занятии	Фонограмма mp3, Пение группой.

ребёнка к здоровому образу жизни, освоить гигиеническую культуру, способы профилактики инфекционных заболеваний	2.Сказка “Приключения Гидроника”	Формирование мотивации здоровья. Развивать умение отражать результаты познания в речи, рассуждать, пояснять, приводить примеры	Книга сказок,электронная презентация, вопросы к детям, поощрения.
	3.Мотив здоровья “Вода и мыло”	Познакомить детей с новым мотивом здоровья, подстраиваться к интонации взрослого, подводить к устойчивому навыку точного интонирования.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	4.Видео “Микробы”	Знать о существовании микробов - активизация словаря (микроскоп, микробы).	Мультфильм “Осторожно, микробы!”
	5.Минутка здоровья: “Чистые руки”	Формировать умения самостоятельного безопасного поведения в повседневной жизни на основе правил.	Вводное слово, выразительный показ.
	6.Песня “Микробы и мыло”	Познакомить с новой песней детей. Формировать эмоциональную отзывчивость на песню	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	7.Игра: “Микробы”	формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья; активно участвовать в игре.	Объяснения, выразительный показ движений.
	8.Медитация: “Синяя песенка”	Познакомить детей с целебной силой синего цвета. Цветом воды, цветом глубины моря, цветом безграничных возможностей. Формировать умение концентрировать внимание во время слушания медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	9.Пение: “До свиданья, музыка”	Формировать навыки коллективного пения (одновременно начинать и заканчивать песню, не отставать и не опережать, петь дружно).	Фонограмма mp3, Пение группой.
ООД № 2	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические

			приёмы
<p>Наименование темы, цели.</p> <p>«Вода и мыло»</p> <p>Приобщать ребёнка к здоровому образу жизни, освоить гигиеническую культуру, способы профилактики инфекционных заболеваний</p>	1.Музыкальное приветствие “Здравствуй, небо голубое”	Создание благоприятной атмосферы и концентрации внимания на занятии	Фонограмма mp3, Пение группой.
	2.Сказка “Приключения Гидроника”	Продолжать развивать умение отражать результаты познания в речи, рассуждать, пояснять, приводить примеры	Книга сказок. Вопросы к детям.
	3.Видео “Осторожно, микробы!”	Развивать интерес к самостоятельному познанию объектов окружающего мира (микроорганизмам) в его разнообразных проявлениях и простейших зависимостях;	Мультфильм “Осторожно, микробы!”
	4.Инсценирование песни “Моем руки”	Активизировать желание познакомиться с простыми способами борьбы с болезнетворными бактериями и использовать их в повседневной жизни: - правильно мыть руки	Фонограмма mp3, показ движений. Внесение атрибутов: мыло, полотенце.
	5.Минутки здоровья: “Личные вещи”	Уметь пользоваться личными вещами	Объяснения, показ движений.
	6.Песня: “Щётка и расчёска”	Познакомить детей с новой песней; воспитывать потребность пользования правилами личной гигиены.	Фонограмма mp3, выразительный показ движений - инсценирование песни детьми.
	7.Игра: “Можно-нельзя”	Развивать у детей умение самостоятельно находить правильный ответ.	Дидактическая игра, карточки с изображением предметов: зубная щетка, мыло,

			расческа, карандаш, зубная паста, ключ от квартиры и т.д.
	8. Медитация: “Синяя песенка”	Формировать умение концентрировать внимание во время слушания синей медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева

ФЕВРАЛЬ

ООД № 3	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
<p>Наименование темы, цели. «Вода и мыло» Приобщать ребёнка к здоровому образу жизни, освоить гигиеническую культуру, способы профилактики инфекционных заболеваний</p>	1.Музыкальное приветствие “Здравствуй, небо голубое”	Создание благоприятной атмосферы и концентрации внимания на занятии	Фонограмма mp3, Пение группой.
	2.Урок здоровья в Акватонии	Создавать положительный эмоциональный настрой.	Книга сказок. Фонограмма mp3.
	3.Песня “Грязнуля”	Познакомить детей с новой песней.	Фонограмма mp3, Внесение Фырки.
	4.Минутки здоровья “Чистые руки”, “Личные вещи”, “Чистые продукты”	Воспитывать потребность пользоваться правилами личной гигиены. Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.	Электронная презентация. Вопросы к детям.
	5. Видео “Осторожно, микробы!”	Продолжать активизировать желание у детей знакомиться с простыми способами борьбы с болезнетворными бактериями и использовать их в повседневной жизни.	Мультфильм “Осторожно, микробы!”
	6.Песня “Щётка и расчёска”	Формировать эмоциональную отзывчивость на песню. Знать о прямом и непрямом пути передачи инфекции; уметь пользоваться личными вещами.	Инсценировать песню; внесение атрибутов: щётки и

			расчёски. Вопросы по содержанию песни.
	7. Инсценирование песни “Моем руки”	Воспитывать желание быть здоровым , внимательно относиться к себе; правильно мыть руки.	Фонограмма mp3, инсценирование песни. Внесение атрибутов: мыло, полотенце.
	8.Медитация “Синяя песенка”	Продолжать формировать умение концентрировать внимание во время слушания синей медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
ООД № 4	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели. «Вода и мыло»	1.Музыкальное приветствие “Здравствуй, небо голубое”	Создание благоприятной атмосферы и концентрации внимания на занятии	Фонограмма mp3, Пение группой.
Приобщать ребёнка к здоровому образу жизни, освоить гигиеническую культуру, способы профилактики инфекционных заболеваний	2.Урок здоровья в Акватони	Воспитывать потребность ребёнка в общении. Принимать участие в коллективной беседе, отвечать на вопросы	Книга сказок, беседа в форме «Вопрос-ответ»
	3.Слушание песенки: “Капелья”	Познакомить детей с новой песней.	Фонограмма mp3, словарная работа
	4. Инсценирование песни “Моем руки”	Воспитывать навыки здорового образа жизни, закрепление навыков мытья рук, формировать представления о назначении предметов туалета, воспитывать культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть чистым, красивым, аккуратным.	Фонограмма mp3, инсценирование песни. Внесение предметов туалета: мыло, полотенце.
	5. Игра “Гигиена”	Продолжать знакомить детей с правилами личной гигиены и правильным, бережным отношением к своему	Электронная презентация.

		здоровью; развивать у детей речь, внимание, память.	
	6. Дыхательное упражнение “Набегающая волна” звук “с”	Улучшить основные дыхательные параметры осваивать приёмы речевого дыхания.	Выразительный показ, видео презентация.
	7. Пение “Холодная водичка”, “Буль-буль водичка”	Формировать представление детей о свойствах воды (теплая - холодная) Рассказать детям о правилах закаливания. Закреплять гигиенические навыки. Развивать любознательность, мышление и речь детей; упражнять в исследовательской деятельности.	Фонограмма mp3, пение группой; ёмкости для воды, лейка,
	8. Минутки здоровья: “Обработка ранки”, “Чистая квартира”.	Формировать первичные представления детей о здоровье, своем организме. Воспитывать желание заботиться и беречь своё здоровье.	Книга сказок, беседа в форме «Вопрос-ответ»
	9. Медитация “Синяя песенка”	Продолжать формировать умение концентрировать внимание во время слушания синей медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
ООД № 5	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели. «Вода и мыло» Приобщать ребёнка к здоровому образу жизни, освоить	1. Музыкальное приветствие “Здравствуй, небо голубое”	Создавать благоприятную атмосферу, развивать умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений.
	2. Урок здоровья в Акватонии	Продолжать расширять знания детей об основных ценностях здорового образа жизни; способствовать осознанному приобщению к ним.	Книга сказок, беседа в форме «Вопрос-ответ»

гигиеническую культуру, способы профилактики инфекционных заболеваний.	3.Минутки здоровья “Чистые продукты”	Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение. Продолжать знакомить со способами профилактики инфекционных заболеваний и основным гигиеническим навыкам.	Электронная презентация. Вопросы к детям.
	4. Здравик и Фырка.	Продолжать развивать умение эмоционально откликаться на сказочный материал; развивать устную речь детей	Внесение Здравика и Фырки; книга сказок.
	5.Видео “Добрый доктор стоматолог”	Формировать представление у детей о необходимости профилактического ухода за зубами.	Мультфильм.
	6. Песня “Зубы, зубы”	Познакомить детей с новой песней	Вводное слово, фонограмма mp3
	7.Звуковая гимнастика: “Нытик”	Побуждать детей к чистому интонированию; закреплять умение равномерно дышать во время пения.	Во время исполнения «н-н-н» - кисть на голове, фонограмма mp3.
	8.Медитация “Синяя песенка”	Продолжать формировать умение концентрировать внимание во время слушания синей медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
ООД № 6	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели. <u>«Вода и мыло»</u> Приобщать ребёнка к здоровому образу жизни,	1.Музыкальное приветствие “Здравствуй, небо голубое”	Продолжать создавать благоприятную атмосферу, развивать у детей умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений.
	2.Урок здоровья в Акватонии	Продолжать формировать представления у детей о значении и необходимости гигиенических процедур, закаливании. Воспитывать культурно-гигиенические	Книга сказок, беседа в форме «Вопрос-ответ», Фонограмма

освоить гигиеническую культуру, способы профилактики инфекционных заболеваний.		навыки.	mp3
	3.Минутки здоровья “Чих-чих”	Закреплять знание о носовом платке и правилах пользования. Приучать детей при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот носовым платком.	Электронная презентация. Вопросы к детям.
	4.Игра “Можно-нельзя”	Развивать умение взаимодействовать друг с другом в совместной игре.	Формировать умение отвечать на вопрос, дидактическая игра
	5.Сказка “Сахарные ногти”	Продолжать развивать умение эмоционально откликаться на сказочный материал; развивать устную речь детей	Книга сказок, внесение Фырки, дидактическая игра «Правила чистюли».
	6.Стихотворение “Стрижём ногти”	Воспитывать культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть чистым, красивым, аккуратным.	Электронная презентация стихотворения
	7. Слушание песни Юных учителей здоровья.	Познакомить с новой песней детей. Формировать эмоциональную отзывчивость на песню	Вводная беседа; «Книга песен» М.Л. Лазарева
	8.Медитация “Синяя песенка”	Продолжать формировать умение концентрировать внимание во время слушания синей медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева

МАРТ

ООД № 1	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели.	1.Музыкальное приветствие	Способствовать созданию комфортной обстановки, сближению детей друг с другом.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
<u>«Полезная еда»</u>	2.Сказка	Систематизировать представления детей о вредных и	Книга сказок.

Формировать у детей умение осознанно подходить к своему питанию	“Приключения Ростика”	полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье. Ввести в активный словарь детей слова: витамины, продукты.	
	3. Мотив здоровья “Ням-ням”	Познакомить детей с новым мотивом здоровья, подстраиваться к интонации взрослого, подводить к устойчивому навыку точного интонирования.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	4. Пение: “Вредная еда”	Познакомить детей с новой песней.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, словарная работа.
	5. Игра: “Еда для Здоровячков и еда для Хлюпиков”.	Ввести в активный словарь детей слова: вредная и полезная еда, развивать речь, мышление.	Дидактическая игра. Карточки с изображением вредных и полезных продуктов.
	6. Слушание песни “Каша вкусняша”	Эмоционально откликаться на песню радостного характера. Развивать умение детей слушать песню с вниманием, уметь высказываться по содержанию песни.	Вводная беседа, электронная презентация песни.
	7.Реклама и антиреклама.	Формировать у детей умение противостоять телевизионной рекламе,	Внесение Здравика и Фырки.
	8.Медитация: “Зелёная песенка”	Познакомить детей с целебной силой зелёного цвета. Развивать способность ребёнка осознанно подходить к своему питанию. Формировать умение концентрировать внимание во время слушания медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, словарная работа
	ООД № 2 Наименование темы, цели.	Содержание занятия	Программное содержание
	1.Музыкальное	Способствовать созданию комфортной обстановки,	Фонограмма

«Полезная еда» Продолжать формировать у детей умение осознанно подходить к своему питанию	приветствие	сближению детей друг с другом.	тр3, пение группой, показ движений
	2. Сказка “Приключения Ростика”	Расширять представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье.	Книга сказок. Вопросы к детям
	3.Видео “Добрый доткор стоматолог”	Формировать представления о труде зубного врача, манипуляциях, производимых врачом при осмотре пациента при помощи сказочного материала; закрепить знания предметов личной гигиены (зубная щетка, тюбик, зубной порошок) и их назначении, правильному использованию	Мультфильм “Добрый доткор стоматолог”, беседа с детьми. Внесение предметов личной гигиены: зубная щетка, тюбик, зубной порошок
	4.Слушание песни “Зубы, зубы”- активация словаря	Узнавать и называть знакомую песню, формировать представление у детей о необходимости профилактического ухода	«Книга песен» М.Л. Лазарева
		за зубами. Воспитывать умение пользоваться приёмами ухода за зубами; воспитывать желание ухаживать за зубами	
	5.Минутки здоровья: “Чистые продукты”	Формировать потребность заботиться о своём здоровье. Продолжать знакомить с правилами правильного питания.	Рассматривание иллюстраций; беседа «О пользе овощей и фруктов»
	6.Мотив здоровья: “Ням-ням”	Развивать способность ребёнка осознанно подходить к своему питанию.	Электронная презентация мотива Здоровья.
	7.Игра “Вкусные задачки”	Закреплять знания детей о полезных и вредных продуктах, о правильном питании.	Дидактическая игра, карточки с изображением продуктов.

	8. Пение песни: “Еда”	Эмоционально откликаться на песню поучительного характера. Развивать умение детей слушать песню с вниманием, уметь высказываться по содержанию песни.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
	9. Медитация: “Зелёная песенка”	Формировать умение концентрировать внимание во время слушания медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
ООД № 3	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели.	1. Музыкальное приветствие	Создавать благоприятную атмосферу, развивать умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
«Полезная еда» Продолжать формировать у детей умение осознанно подходить к своему питанию	2. Урок здоровья в Ростии	Продолжать расширять представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье.	Книга сказок. Вопросы к детям
	3. Видео “Запоминай-ка Овощи!”, “Запоминай-ка Фрукты!”	Закреплять знания детей об овощах и фруктах: где растут, способы уборки, как употребляют в пищу, чем полезны. Развивать связную речь.	Электронные презентации; дидактическая игра - одна команда выбирает на поднос из корзины овощи, другая - фрукты, называют, что они взяли)
	4. Слушание “Витаминной песенки”	Познакомить детей с новой песней; формировать первичные представления у детей о значении витаминов.	Вводное слово, Фонограмма mp3,

	5.Решение вкусных задачек	Формировать представления у детей о полезных продуктах, рассказать о пользе овощей и фруктов для здоровья человека, о пользе витаминов. Вызвать у детей желание употреблять в пищу как можно больше овощей и фруктов.	Корзина с муляжами овощей и фруктов, 2 подноса.
	6.Мотив здоровья “Ням-ням”	Запоминать содержание мотива, чётко произносить слова, продолжать развивать способность ребёнка осознанно подходить к своему питанию.	Электронная презентация мотива Здоровья
	7.Медитация “Зелёная песенка”	Продолжать формировать у детей умение концентрировать внимание во время слушания медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева
ООД № 4	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели.	1.Музыкальное приветствие	Создавать благоприятную атмосферу, развивать умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
«Полезная еда» Продолжать формировать у детей умение осознанно подходить к своему питанию	2.Урок здоровья в Ростии	Закрепить знания детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье.	Книга сказок. Вопросы к детям
	3.Минутки здоровья: “Зубы”	Воспитывать у детей умение пользоваться несложным приёмам ухода за зубами; воспитывать желание ухаживать за зубами.	Электронная презентация, вопросы к детям.
	4.Слушание песни: “Мистер Кариес”	Формировать представление у детей о необходимости профилактического ухода за зубами. Воспитывать умение пользоваться приёмами ухода за зубами	Вводное слово, Фонограмма mp3 Внесение Фырки
	5. Видео “Зубики и их помощники”	Обогащать знания детей; развивать мышление и память.	Мультфильм

	6.Звуковая гимнастика: “Нытик”, “Корова”	Развивать умение у детей имитировать позы и звуки животных. Закреплять умение равномерно дышать во время пения.	Фонограмма трЗ, выразительный показ, чёткие указания.
	7. Пение: “Витаминной песенки”	Развивать умение точно интонировать мелодию песни, правильно брать дыхание	Пение группой, «Книга песен» М.Л. Лазарева
	8. Видео “Полезные фрукты, полезные ягоды”	Формировать представления у детей о полезных продуктах, рассказать о пользе ягод и фруктов для здоровья человека, о пользе витаминов.	Электронная презентация. Пояснения, вопросы к детям.
	9. Медитация “Зелёная песенка”	Продолжать формировать у детей умение концентрировать внимание во время слушания медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева

АПРЕЛЬ

ООД № 1	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели <u>«Весёлые движения»</u> Приобщить ребёнка к двигательной культуре и оптимизировать его двигательную	1.Музыкальное приветствие	Создавать благоприятную атмосферу, развивать умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма трЗ, пение группой, показ движений
	2.Сказка “Приключения Огника”	Познакомить детей с образом нового героя Огником из страны Пламя	Книга сказок. Вопросы к детям, поощрения.
	3.Слушание песенки Огника	Познакомить с новой песней детей	Фонограмма трЗ, внесение Огника. Вопросы к детям.
	4.Двигательное упражнение “Слон”, “Косой”.	Оптимизировать двигательную активность ребенка, формировать у него двигательную мотивацию.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, выразительный показ,

активность			объяснения.
	5.Ритмическая гимнастика: “Весёлые движения”	Оптимизировать двигательную активность ребенка, формировать у него двигательную мотивацию.	«Книга песен» М.Л. Лазарева,
	6.Мульт-песенка-видео “Танцы со зверятами”	Выполнять движения по показу, подражать движениям животных.	Мульт-песенка-видео, выразительный показ движений.
	7.Медитация: “Красная песенка”	Формировать у детей умение концентрировать внимание во время слушания красной медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, чёткие указания, поощрения.
ООД № 2	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели	1.Музыкальное приветствие	Создавать благоприятную атмосферу, развивать умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
«Весёлые движения». Приобщить ребёнка к двигательной культуре и оптимизировать его двигательную активность	2. Разговор Огника с ребятами.	Продолжать знакомить детей с положительными примерами в области здоровья. Формировать умение отвечать на вопросы, проявлять активность, рассуждать по поводу здоровья человека.	Книга сказок, беседа в форме «Вопрос-ответ»,
	3.Слушание песни Огника	Развивать эмоциональность детей, способность воспринимать, переживать и понимать о чём поётся в песне	Вводная беседа; Фонограмма mp3; вопросы к детям, внесение Огника.
	4.Двигательные упражнения: “Косой”, “Котёнок”, “Слон”,	Выполнять движения по показу, подражать движениям животных. Знать какими двигательными качествами обладают животные.	Выполнять упражнения самостоятельно,

	“Лошадка”.		проявлять творчество.
	5.Песня “Зоопарк”	Познакомить детей с новой песней	Вводное слово, электронная презентация.
	6.Игра “Изображалка”	Оптимизировать двигательную активность ребенка, формировать у него двигательную мотивацию, фантазию.	Фонограмма mp3; выразительный показ движений.
	7.Ритмическая гимнастика: “Весёлые движения”	Продолжать развивать умение у детей выполнять гимнастику по показу	Электронная презентация.
	8. Психогимнастика «Лучик»	Снять напряжение, успокоить детей.	Показ движений, поощрения.
ООД № 3	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели <u>«Весёлые движения».</u> Приобщить ребёнка к двигательной культуре и оптимизировать его двигательную активность	1.Музыкальное приветствие	Создавать благоприятную атмосферу, развивать умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
	2. Рассказ Огника о двигательных качествах и видах спорта.	Способствовать формированию потребности у ребёнка быть здоровым, формировать знания о полезном воздействии физкультуры и спорта в укреплении здоровья.	Беседа в форме «Вопрос-ответ», внесение Огника.
	3.Двигательные упражнения: “Косой”, “Котёнок”, “Слон”, “Лошадка”, “Кузнечик”	Развивать способность выполнять совместные действия с воспитателем, координировать слова с движением	«Книга песен» М.Л. Лазарева, чёткие указания, поощрения.

	4. Игра “Зоопарк”	Активно участвовать в игре	Электронная презентация, объяснения, чёткие указания, поощрения.
	5. Ритмическая гимнастика: “Нам нужно”	Воспитывать у детей желание участвовать в совместных упражнениях; прививать интерес к физическим упражнениям.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, чёткие указания, поощрения.
	6. Медитация: “Красная песенка”	Формировать у детей умение концентрировать внимание во время слушания красной медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, чёткие указания, поощрения.
ООД № 4	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели	1. Музыкальное приветствие	Создавать благоприятную атмосферу, развивать умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
«Весёлые движения.» Приобщить ребёнка к двигательной культуре и оптимизировать его двигательную активность	2. Правила здоровья.	Закреплять и уточнять культурно – гигиенические навыки; представления о здоровом образе жизни (занятия физкультурой и спортом)	Дидактическая игра. Внесение Огника
	3. Мотив здоровья: “Цветок здоровья”	Запоминать содержание мотива, чётко произносить слова.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, чёткие указания, поощрения.
	4. Видео “Топ самых вредных продуктов”	Закреплять знания о полезных и вредных продуктах.	Электронная презентация, вопросы к детям, карточки с изображением полезных и вредных продуктов.

	5. Сказка “Хохотунчик”	Продолжать расширять и активизировать словарный запас детей, формировать умение строить предложения.	Книга сказок, электронная презентация, вопросы к детям.
	6. Видео “Сказка о вкусном и полезном молоке”	Раскрыть значение молока и молочных продуктов для правильного питания,	Мультфильм, вопросы к детям
	7. Песня: “Зарядка”.	воспитывать желание делиться информацией. Раскрепощать детей, повышать эмоциональный настрой и радостное настроение.	Электронная презентация. Дети выполняют движения по показу.
	8. Ритмическая гимнастика: “Нам нужно”	Формировать умение детей точно выполнять движения в соответствии с текстом.	Фонограмма mp3, выразительный показ движений, поощрения.
	9. Медитация: “Мир цветной ”	Формировать у детей умение концентрировать внимание во время слушания медитации.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, чёткие указания, поощрения.

МАЙ

ООД № 1	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели	1. Музыкальное приветствие	Создавать благоприятную атмосферу, развивать умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений

<p>«Чудо нос»</p> <p>Улучшать функции внешнего дыхания</p>	2. Сказка о дыхании	Слушать сказку, проанализировать поведение героев. Знать, что дыхание — основа жизни. Формулировать собственное мнение	Книга сказок. Внесение Огника. Вопросы к детям.
	3. Игра: “Найди свой нос”	Осваивать дыхательные игры.	Объяснения, выразительный показ, поощрения.
	4. Мотив здоровья: “Чудо нос”	Знать функции носа. Запоминать содержание мотива, чётко произносить слова.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, чёткие указания, поощрения.
	5. Игра со Здравиком “Нюхаем цветочки”, “Дуем на листочки”.	Улучшить функцию внешнего дыхания детей	Дидактические игры
	6. Игра: “Охота”	Проявлять познавательную инициативу. Выполнять движения под музыку. Осваивать дыхательную игру.	Объяснения, фонограмма тр, выразительный показ, поощрения.
	7. Дыхательная медитация	Осваивать технику дыхательного настроя.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, чёткие указания, поощрения.
	8. Пение: “До свиданья, музыка”	Закрепить умение равномерно дышать во время пения.	Фонограмма тр3, пение группой, показ движений
ООД № 2	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
Наименование темы, цели	1. Музыкальное приветствие	Создавать благоприятную атмосферу, развивать умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма тр3, пение группой, показ движений

«Чудо нос»			
Улучшать функции внешнего дыхания	2.Беседа о дыхании.	Провести беседу, о кислороде; знать о том, что без воздуха невозможно дыхание	Беседа в форме «Вопрос-ответ», внесение Огника
	3. Видео “Что такое воздух?”	Уточнение и расширение знаний детей о кислороде, воспитание наблюдательности и любознательности.	Мультфильм, вопросы к детям
	4.Мотив здоровья: “Чудо нос”	Продолжать запоминать содержание мотива, чётко произносить слова.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, чёткие указания, поощрения.
	5.Упражнения на дыхание: “Нырание”, “Вырасти большой”, “Задуй свечу”, “Маятник”, “Подыши одной ноздрей”.	Осваивать способы дыхательной гимнастики, выполнять дыхательные упражнения	Выразительный показ, объяснения, поощрения. Индивидуальная работа с детьми.
	6.Игра “Выбери приятный запах”	Уметь для себя делать правильный выбор. Рассказать о вреде курения, табачного дыма, научить детей отходить подальше от курящих	Практическое задание, приготовить бутылочки с приятным запахом и с запахом сигарет
	7.Игра “На лужайке”	Совершенствовать функции организма, повышать его защитные свойства и устойчивость к заболеваниям средствами движений, музыки,	Объяснения, выразительный показ движений.
	8. Пение: “До свиданья, музыка”	Способствовать дальнейшему формированию певческого голоса	Фонограмма mp3, пение группой.
ООД № 3	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические

			приёмы
<p>Наименование темы, цели «Чудо нос»</p> <p>Улучшать функции внешнего дыхания</p>	1.Музыкальное приветствие	Создавать благоприятную атмосферу, развивать умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
	2.Беседа с детьми «Я умею выбирать»	Воспитывать у детей умение делать для себя правильный выбор.	Беседа Практические задания.
	3.Упражнения на дыхание: “Ныряние”, “Вырасти большой”, “Задуй свечу”, “Маятник”, “Подыши одной ноздрей”.	Осваивать первичные приёмы дыхательной гимнастики, осваивать технику психологического дыхательного настроя.	Объяснения, напоминания, чёткие указания, выразительный показ упражнений.
	4.Тест здоровья “Терпимость к кислороду”	Рассказать о том, что вдыхать надо носом, объяснить почему, показать способы дыхательной гимнастики, развивать умение не поднимать плечи во время вдоха, использовать живот при дыхании	Объяснения, напоминания, чёткие указания,
	5.Песня: “Труба”, “Паровоз”.	Следить за дыханием во время пения, следить за артикуляцией.	«Книга песен» М.Л. Лазарева, чёткие указания, поощрения.
	6. Дыхательная медитация	Осваивать дыхательную медитацию.	
ООД № 4	Содержание занятия	Программное содержание	Оборудование, методические приёмы
<p>Наименование темы, цели «Чудо нос»</p>	1.Музыкальное приветствие	Создавать благоприятную атмосферу, продолжать развивать умение концентрировать внимание на занятии.	Фонограмма mp3, пение группой, показ движений
	2. Видео “Здоровый	Уточнение и расширение знаний детей о здоровом	Электронная

Улучшать функции внешнего дыхания	образ жизни”	образе жизни.	презентация, вопросы к детям.
	3.Мотив здоровья “Чудо нос”	Продолжать запоминать содержание мотива, чётко произносить слова.	
	4.Упражнение “Тканевая вибрация” -звук “в” (вибрация на уровне лица) -звук “з” (в области головы и шеи) -звук “ж” (в области грудной клетки) -звук “м” (в области грудной клетки и солнечного сплетения).	Продолжать осваивать способы дыхательной гимнастики, правильно выполнять дыхательные упражнения.	Объяснения, напоминания, чёткие указания, выразительный показ упражнений.
	5. Игра “Разговор животных”	Продолжать осваивать дыхательные игры	Объяснения, выразительный показ движений, поощрения.
	6.Медитация “Голубая песенка”	Продолжать осваивать голубую медитацию; знать, что это - цвет чистого неба, прохлады, свежего дыхания	«Книга песен» М.Л. Лазарева, чёткие указания, поощрения.

2.8. Модель комплексного мониторинга здорового ребёнка

Ф.И.ребёнка	Иммунная диагностика	Вокал	Чувство ритма	Ораторское искусство	Творческое воображение	Зрительная память	Пищевая диагностика
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							

Иммунная диагностика:

1. Оценка количества дней по болезни за прошедший период.

Вокально-речевая диагностика:

1. Вокал (пропеть один куплет любой песни без сопровождения)

2. Чувство ритма (прохлопать услышанный ритм)

3. Ораторское искусство (прочитать небольшой отрывок стихотворения)

Интеллектуально-творческая диагностика:

1. Творческое воображение (используя предложенные фигурные элементы, нарисовать как можно больше фигур)

2. Зрительная память (за 10 сек. запомнить максимальное количество из 10 предметов)

Пищевая диагностика: Из предложенных продуктов определить полезные и не очень полезные для здоровья

Педагогический анализ знаний и умений (диагностика) проводится два раза в год. В октябре - вводный, итоговый - в мае. Для малышей все диагностические тесты проводятся с использованием сказочных персонажей: Здравиком, Фыркой, Огником, Ростиком, Капелией.

Бальная оценка проводится по общепринятой шкале:

5 баллов – отлично; 4 балла – хорошо; 3 балла – удовлетворительно; 2 балла – неудовлетворительно; 1 балл – плохо.

Таблица предпочтений детей по итогам пройденных тем.

Проводя цветные медитации, следует опросить детей, кто из них любит данный цвет, а кто нет. В результате по окончании проведения всех медитаций можно составить данную таблицу цветовых предпочтений детей группы.

Ф.И. ребёнка	Оранжевый	Жёлтый	Синий	Зелёный	Красный	Белый	Чёрный
1	+						
2			+				
3		+					
4				+			
5							
6							
7					+		
8							
9							
10						+	
11							

С учётом данной таблицы ребёнку и родителям даются рекомендации по цветовой программе. Особенно важно помочь детям с предпочтением чёрного цвета.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Особенности организации предметно – пространственной среды.

На организацию данной работы отводится 32 занятия. Данная программа рассчитана на детей 3-4 лет, работа с которыми будет проводиться 1 раз в неделю в виде групповых занятий с октября – по май. Продолжительность 1 занятия во второй младшей группе – 20 минут, в месяц – 4 занятия – 80 минут – 1 час 20 минут, в учебный год – 960 минут – 10 час 40 мин.

В середине занятия с детьми проводится дыхательная гимнастика.

Реализация программы: проходит через основные этапы оздоровительной работы.

- формирование у детей дошкольного возраста мотивации и навыков здорового образа жизни;
- выявление и формирование у детей функционального профиля личности;
- развитие быстроты, реакции, ловкости, фантазии;
- воспитание силы воли, дружбы, честности.

Условия реализации программы:

- создание благоприятных условий для занятий;
- формирование программно – методического обеспечения;
- интеграция с другими образовательными областями.

3.2. Материально-техническое обеспечение:

1. Плакаты тематические
2. Презентации.
3. Интернет, ресурсы.
4. Компьютер
5. Мультимедийный проектор
6. Экран

ЛИТЕРАТУРА

1. Оздоровительно – развивающая программа «Здравствуй» М.Л.Лазарев. -2004. – Москва.
2. Музыкальное приложение. Книга песен «Здравствуй» М.Л.Лазарева.
3. Музыкальное приложение. Книга сказок «Фырка и Здравик» М.Л.Лазарева, часть 1, Мнемозина, 2006г.
4. Музыкальный альбом для детей и взрослых «Здоровячок – приложение».
5. Музыкальные компакт-диски формата CD (приложение к программе «Здравствуй» М.Л.Лазарева)
6. Методическое пособие М.Ю.Картуша «Логоритмические занятия в детском саду».
7. Валеология - основы безопасности жизни ребенка. Татарникова Л.Г., Захаревич Н.Б., Калинина Т.О.
Москва. 1997г.
8. Шукшина С.Е. Я и мое тело. Программа занятий, упражнения, дидактические игры. ООО «Школьная пресса». Москва. 2009 г.
9. В. Алексеенко, Я. Лощинина. Играем в сказку. Воспитание и развитие личности ребёнка 2-7 лет.- М.: Учмисл и играючи, 2008г.
10. Е.А. Алябьева. Психогимнастика в детском саду.- М.: ТЦ Сфера, 2003г.
11. Журнал «Музыкальная палитра».-№ 2, 2005г.
12. «Игровая методика обучения детей пению» О.В. Кацер

Конспект занятия по программе «Цветные нотки»

Тема занятия: «Целебные звуки»

Цель занятия: Формировать у детей умение использовать звуки для своего развития и улучшения здоровья.

Ход занятия.

Муз.руководитель: Здравствуйте, ребята! Знаете ли вы, какой самый удивительный музыкальный инструмент? Правильно – человеческий голос. Голоса бывают низкие и высокие. Покажите, какие у вас голоса (*дети демонстрируют голоса: пищат, кричат и т.д.*). Спасибо, мне очень понравились ваши голоса. Теперь вашими красивыми голосами поздороваемся с Музыкой.

Голосов чудесных пенье
Улучшает настроенье.

Муз.руководитель вместе с детьми исполняет песню «Музыка, здравствуй» М.Л.Лазарева

На ширме появляются Здравик и Фырка.

Муз.руководитель: Ребята, перед вами главные герои наших сказок о здоровье.

Фырка: Да, я самый главный!

Здравик: Подожди, Фырка, не хвались. Давай представимся ребятам. Я – Здравик, здоровячок из страны Здоровья. В нашей стране все здоровы, потому, что всегда улыбаются, здороваются и едят полезную пищу. Я спою вам свою песенку.

Исполняется «Песенка Здравика»

После исполнения песенки муз.руководитель задаёт вопросы детям:

1. Как зовут главного Здоровячка?
2. В какой стране живёт Здравик?
3. Почему Здравики не болеют?

Фырка: А я – Фырка, хлюпик из страны болезней. В нашей стране все друг на друга фыркают, и нам это очень нравится.

Дети слушают «Песенку Фырки»

После исполнения песенки муз.руководитель задаёт вопросы детям:

1. Кто живёт в стране болезней?

2. Почему Фырка всё время болеет?

Муз. руководитель: Скажите, ребята, кто из вас недавно болел? А чем вы болели? *(ответы детей)* Да, плохо болеть. Вот наш Фырка постоянно болеет. Он ведь живёт в стране болезней. У меня есть два портрета. Один портрет Здравика, а второй – Фырки. Давайте посмотрим на них внимательно, а потом вы мне скажите, чем они отличаются друг от друга.

Физиогномика

№	признаки	Здравик	Фырка
1	Волосы	Чистые, причёсанные	Грязные, лохматые
2	Лоб	Ровный	В морщинках
3	Брови	Ровные, удивлённые	Хмурые
4	Глаза	Большие, добрые	Маленькие, злые
5	Щёки	Румяные	Грязные, серые
6	Рот	Большой, уголки вверх, улыбается	Маленький, уголки вниз, не улыбается
7	Овал лица	Круглый	Узкий
8	Плечи	Широкие	Узкие

Муз.руководитель: Кто вам больше понравился? *(дети отвечают)*. Мы сейчас с вами назвали главные отличия лица здорового человека от больного. Чтобы вы не заболели, я покажу вам несколько звуковых дыхательных упражнений, но как попасть в царство звуков? Я знаю! Для этого нужно спеть волшебный мотив, который называется «Целебные звуки». Имитируя голоса животных, подражайте им во всём. Например, прыгайте как лягушка, бодайтесь как корова, летайте как жуки и т.д.

Исполняется мотив здоровья «Целебные звуки»

Муз.руководитель: Слышите «ж-ж-ж» - это летит жук. Приложите ладони к груди. Чувствуете, какой мощный звук? Если у вас появился кашель, чаще произносите этот звук.

Исполняется песня: «Жуки»

Муз.руководитель: Звук «з-з-з» *(изображает звук комара, приложив ладони к шее)* – выполняйте это упражнение, если у вас болит горло.

Исполняется песня: «Комар»

Муз.руководитель: А сейчас произнесём звук «в», это упражнение полезно выполнять, когда у вас насморк. Сыграем в звуковую игру.

Звуковая игра.

Муз.руководитель: Дети, закройте глаза. Раскиньте руки и звучите как самолёт, который находится далеко. Вот он приближается, звук становится всё громче, затем звучит так громко, что стены трясутся. Вот звук удаляется. Самолёт улетел.

Сегодня мы познакомились с некоторыми звуками, с помощью которых можно улучшать своё здоровье. Давайте, ещё раз назовём их (*дети называют*). А сейчас давайте дотянемся до солнышка, соберём все солнечные лучики, прижмём их к сердцу, улыбнёмся и подарим эти лучики друг другу. Наше занятие закончилось.

Исполняется песня «До свиданья, музыка»

Тема занятия: «Весёлые движения»

Цель занятия: Приобщать ребёнка к двигательной культуре и оптимизировать его двигательную активность.

Ход занятия

Муз.руководитель: Давайте, дети, поздороваемся, начнём наше занятие с песни
Голосов чудесных пеньё
Улучшает настроенье.

Муз.руководитель вместе с детьми исполняет песню: «Музыка, здравствуй!»

Муз.руководитель: Сегодня мы познакомимся ещё с одним учителем здоровья. Он научит вас быстро и красиво двигаться. Только нужно сказать волшебные слова.

Огник, Огник, появись
И на землю опустишь!

(Дети повторяют слова. На ширме появляется Огник)

Огник: Здравствуйте. Ребята! Я, Огник – сын огня. Я очень люблю двигаться. Послушайте мою песню.

Исполняется «Песенка Огника»

Огник: А вы, ребята, умеете двигаться? Хорошо. И бегать умеете? И прыгать? *(Дети отвечают)*

Муз.руководитель: Для того, чтобы правильно и быстро двигаться, надо каждый день делать упражнения, например, подражать движениям животных. Давайте изобразим, как ходит слон. Нужно тяжело и сильно топтать ногами.

(Дети вместе с Огником выполняют упражнение)

Исполняется песня «Слон»

Муз.руководитель: Теперь, изобразим зайца. Нужно сесть на стул и в такт музыке поднимать и опускать по очереди ноги.

Исполняется песня «Косой»

Огник: А теперь давайте выполним это упражнение быстрее. *(Дети выполняют это упражнение в более быстром темпе)*

Огник: Скажите, ребята, каким двигательным качеством отличается заяц? *(Дети отвечают)*

Огник: Правильно, скоростью. Выполняйте это упражнение каждый день, и тогда вы сумеете догнать даже меня. А бегаю я очень быстро.

Муз.руководитель: Теперь изобразим котёнка.

Исполняется песня «Котёнок»

Муз.руководитель: Ребята, у котёнка, как вы уже догадались, очень хорошая реакция. Без умения ловко двигаться, он бы никогда не смог поймать мячик или мышку. Давайте, проверим, какая у вас реакция. *(Муз.руководитель бросает каждому ребёнку по очереди мяч, а дети его ловят)*

Муз.руководитель: А сейчас мы с вами изобразим лошадку. Будем скакать по всему залу.

Исполняется песня «Лошадка»

Огник: Ребята, скажите, каким качеством отличается лошадка? *(Дети отвечают)*

Муз.руководитель: Дети, хотите поиграть? Игра называется «Подражание». Желающий выходит вперёд и изображает в движениях какой-нибудь образ, а дети угадывают, что он изобразил. Тот, кто первый отгадал, сам выходит вперёд и показывает новый образ. А изображать мы будем животных.

Проводится игра: «Подражание»

Муз.руководитель: А сейчас, сядьте поудобней. Закройте глаза и слушайте музыку. Когда музыка закончится, я включу её ещё раз, а вы попытайтесь изобразить в движении то, что слышали. *(Дети слушают музыку)*

Исполняется ритмическое упражнение «Весёлые движения»

Огник: Ну, что, не устали? Молодцы! Мне уже пора возвращаться. Ребята, но если вы снова захотите со мной встретиться, то просто повторите волшебные слова, и я снова приду к вам и покажу новые движения. *(Огник прощается с детьми и исчезает)*

Муз.руководитель: Наше занятие подошло к концу. Давайте встанем в круг, и вы поделитесь своими впечатлениями – какое упражнение вам больше всего понравилось? Давайте на прощание все вместе громко скажем: «Мы – молодцы!». *(Дети произносят фразу.)* А теперь скажите ее чуть тише..., и еще тише.

До свидания!

Исполняется песня «До свиданья, музыка»

Приложение № 3

Конспект занятия по программе «Цветные нотки»

Тема занятия: «Волшебное зеркальце»

Цель занятия: Формировать представление о себе, своём организме; умение бережно относиться к своему здоровью. Любить себя, свой организм и окружающих людей.

Ход занятия

(На ширме появляется Здравик)

Исполняется «Песенка Здравика»

(Во время исполнения второго куплета Здравик здороваётся с детьми)

Здравик: Ребята, «Здравствуй» - волшебное русское слово. Когда мы его произносим, то не только приветствуем друг друга, но и желаем здоровья. Здравствуйте, ребята! Будьте здоровы!

Исполняется песня – приветствие.

Муз.руководитель: У меня в руках коробочка. В ней находится самое дорогое, что есть на свете. Подходите ко мне по очереди и смотрите в неё. Подумайте, что же самое дорогое на свете вы там увидели? *(Дети подходят по - очереди, заглядывают в коробочку, в которой лежит зеркальце. После того как все дети посмотрят в коробочку, они отвечают на вопрос, что же самое дорогое на свете. Затем, в коробочку заглядывает Здравик)*

Муз.руководитель: Здравик, а ты что увидел в коробочке?

Здравик: Но я здесь вижу только себя.

Муз.руководитель: Правильно.

Здравик: А, понял. Я и есть самое дорогое на свете!

Муз.руководитель: Молодец! А чтобы дети и ты не забыли этой мудрости, давайте выучим волшебные слова, которые вы будете говорить перед зеркальцем.

(Можно подойти всем к большому зеркалу).

Исполняется песня «Свет мой зеркальце»

(Затем, муз.руководитель предлагает подумать и ответить, какое качество у каждого из них является наиболее интересным и отличает их от других детей. Например: Артур очень хорошо поёт, Юля очень выразительно читает стихи и т.д. Затем спросить будет ли интересно жить, если мы все будем одинаковыми. Постепенно подвести детей к мысли, что только потому, что мы все такие разные, жизнь такая интересная и разнообразная).

Должны быть люди разными,
Во всём своеобразными.

Муз.руководитель: А теперь ещё раз посмотрите в зеркало. Каждый из вас видит себя. Это самое дорогое, что есть на свете. Скажите, а из чего состоит тело человека? Повторяйте за мной и показывайте то, о чём мы будем говорить.

Проводится игра «Моё тело»

После игры проводится конструирование человеческого тела.

(муз.руководитель на большом листе бумаги обводит контур лежащего на полу ребёнка. Затем рассматривает вместе с детьми что получилось).

Муз.руководитель: Мы уже с вами знаем, из каких частей состоит наше тело. Но, важно знать, как оно нам служит и помогает.

Исполняется песня «Почемучка»

(После песни муз.руководитель задаёт детям вопросы)

1. Кто дороже всего на свете?
2. Из каких частей состоит наше тело?
3. Для чего нам нужны руки? Ноги? Ушки? И т.д.

Исполняется песня «Знай своё тело»

Муз.руководитель: А сейчас, ребята, давайте повторим, как помогает нам наше тело жить. Что оно может? *(Дети отвечают. Тело может: дышать, есть, пить, думать, думать, говорить, двигаться).*

Муз.руководитель: Молодцы, ребята! Вы всё правильно сказали. А теперь давайте поиграем. Пусть поработают наши ручки и язычки.

Проводится с детьми логоритмика «Похлопаем», «Пальчики», «Барабан», «Молоток».

Муз.руководитель: Наше путешествие закончилось
Здравик прощается с ребятами.

Звучит песня «До свиданья, музыка»

Конспект занятия по программе «Цветные нотки»

Тема занятия: «Вода и мыло»

Цель занятия: Приобщать ребёнка к здоровому образу жизни, освоить гигиеническую культуру, познакомить его со способами профилактики инфекционных заболеваний.

Ход занятий

Муз.руководитель: Здравствуйте, ребята! Мы начинаем наше новое занятие с мотива здоровья, который называется «Вода и мыло».

Исполняется мотив здоровья «Вода и мыло»

Муз.руководитель: Вы догадались, о чём будет наше занятие? Мы сегодня познакомились с новым учителем здоровья Гидроником. Он научит нас чистоте и поможет защититься от микробов.

Гидроник: Здравствуйте, ребята! Я, Гидроник – сын воды. Сегодня я научу вас правильно мыть руки. Прежде, чем есть, надо обязательно вымыть руки. На руках могут быть микробы, и вы можете заболеть.

Сначала нужно открыть кран с холодной водой. Можно немножечко добавить и тёплой воды, но утром лучше умываться холодной водой. Потом берёте мыло и намыливаете руки под водой, положите мыло на место и начните долго натирать себе руки, особенно между пальцами, пока не появятся мыльные пузыри. А вы любите мыльные пузыри? Это хорошо, что вы их любите. И я тоже люблю выдувать их через колечко. Но они нужны ещё и для того, чтобы вымыть все микробы. Затем смываете с рук мыло водой, закрываете кран с водой и насухо вытираете руки полотенцем. Запомнили?

Муз.руководитель: Ребята, нужно следить за тем. Чтобы руки были чистые и никогда не садитесь за стол с грязными руками.

Исполняется песня «Моем руки»

(Во время исполнения песни муз.руководитель пускает мыльные пузыри)

Появляется Фырка: А я всегда сажусь за стол с грязными руками.

Гидроник: А.это ты Фырка! Ты опять пришёл без разрешения? Мы ведь тебя не приглашали.

Фырка: А я у микробов учусь. Они тоже попадают на человека, не спрашивая его разрешения. Вот я и прихожу к детям в детский сад, учу девочек и мальчиков плохим привычкам.

Муз.руководитель: А наши дети уже знают, как нужно защищаться от микробов. Вот послушай *(Дети отвечают, что для этого нужны вода и мыло.)* Дети, давайте повторим волшебные слова

От простой воды и мыла

У микробов тает сила.

Послушайте песенку про это.

Исполняется песня «Микробы и мыло»

Фырка: Подумаешь, ваши дети знают, что от простой воды и мыла у микробов тает сила. А другие наверняка об этом не знают. Пойду - ка я к тем, кто не знает. Научу их садиться за стол с грязными руками. И вообще:

Нет, ни к чему перед едой
Мыть фрукты, овощи водой.
Их нужно съесть, воды попить,
Потом в животике помыть.

Муз.руководитель: Нам совсем не понравился твой стишок, Фырка. Ведь если ты научишь такому стишку ребят, они смогут заразиться микробами и заболеть.

Гидроник: Ты, Фырка, сочинил неправильный стишок. Вот послушай, что я сочинил.

Чтоб от микробов защититься,
Водою с мылом нужно мыться.
И каждый день перед едой
Мыть фрукты, овощи водой.

(После слов Фырка исчезает)

Муз.руководитель: Ура! Теперь мы сможем победить Фырку!

Гидроник: Ребята, мне нужно спешить к другим детям, нужно научить их тоже мыть руки с мылом перед едой, пока к ним не успел забраться Фырка. А на прощание послушайте мой совет по здоровью.

Любите холодную воду.
Она закалит ваше тело и дух!

Муз.руководитель: Ребята, пока к нам не пришёл Фырка, давайте послушаем ещё одну песню. В ней поётся о том, что на зубной щётке и расчёске могут быть микробы и что их никогда нельзя передавать другому человеку, чтобы не заразить его.

Песня «Зубная щётка и расчёска»

Муз.руководитель: А сейчас давайте поиграем. Вот у меня здесь вещи, которыми вы пользуетесь. Я буду их вам показывать по очереди, а вы говорить, можно ли этой вещью пользоваться сообща или нет. Если можно, то положим её в коробочку «Можно», а нет - в коробочку «Нельзя». Но это вовсе не значит, что вы жадничаете и ни с кем не делитесь. Просто вы заботитесь о здоровье других, чтобы они не смогли заразиться микробами, которые находятся у вас во рту.

Проводится игра «Можно – нельзя»

Гидроник: Ребята, мы сегодня с вами много узнали о том, как заражаются микробами. Давайте попробуем назвать способы проникновения микробов в наш организм. *(Дети называют)*

-не моем руки перед едой, на руках есть микробы;

-передаём друзьям наши личные вещи.

Муз.руководитель: самое главное, нам нужно знать то, что против каждого способа можно поставить защиту и не заразиться.

В заключение проведём синюю медитацию.

Звучит «Синяя песенка»

(Гидроник исчезает)

Приложение № 5

Конспект занятия по программе «Цветные нотки»

Тема занятия: «Полезная еда»

Цель занятия: Воспитывать у ребёнка умение осознанно подходить к своему питанию.

Ход занятия.

Муз.руководитель: Ребята, начнём наше занятие с мотива здоровья «Про еду скажи мне, мама»

Исполняется мотив здоровья «Ням-ням»

Муз.руководитель: Сегодня мы поговорим о полезных и вредных продуктах. А помогать нам будет юный диетолог Ростик. Давайте, ребята, позовём его.

Ростик, Ростик, появись,
К нам на землю опустишь!

(На ширме появляется Ростик)

Ростик: Здравствуйте, ребята! Я, Ростик – юный диетолог. Хотите, я научу вас выбирать продукты полезные для вашего здоровья? *(Дети отвечают). Послушайте песню, в которой говорится о том, какие продукты полезные для здоровья, а какие не очень.*

Песня «Вредная еда»

Муз.руководитель: Послушай, Ростик, значит можно есть только овощи и фрукты, а жирные продукты и сладкое, - совсем нельзя?

Ростик: Можно есть и жирное, и сладкое, и солёное, но только в меру. А вот овощей и фруктов можно есть много.

Муз.руководитель: Доя того, чтобы вы запомнили, какие продукты полезны для здоровья, а какие не очень, давайте поиграем в игру.

Игра «Еда для здоровячков и еда для хлюпиков»

(На столе лежат продукты)

Ростик: Посмотрите на эти продукты. Кто из вас сможет разделить их на полезные и вредные? Сейчас мы с вами разделимся на две команды. Нужно в одну корзину положить полезные продукты, а в другую – вредные. Чья команда быстрее справится. *(После игры нужно проверить и ещё назвать продукты, которые едят здоровячки, а потом хлюпики).*

Муз.руководитель: Вот любимые продукты здоровячков: яблоки, бананы, груши, виноград, капуста, лук, морковь и т.д. А вот всё самое вкусное, сладкие и жирные продукты, которые любят дети: торты, конфеты, чипсы. Но это всё – вредная еда для нашего здоровья. Это еда для хлюпиков.

Ростик: Ребята, вы знаете, что Здравик и фырка любят сочинять стишки про вредные и полезные привычки. И вот сегодня они сочинили для вас стишки про вредные и полезные привычки. И вот сегодня они сочинили для вас стишки про вредные и полезные продукты. *(Вывешивается плакат – реклама)*

Муз.руководитель читает по очереди.

Стих Фырки: Жёлтая фанга – напиток для франга.

Стих Здравика: Будешь фанту пить, смотри –
Растворишься изнутри.

Стих Фырки: Стать здоровым мне помог
С красным кетчупом хот-дог.

Стих Здравика: Будешь часто есть хот – доги
Через год протянешь ноги.

Стих Фырки: Знайте, дамы, господа,
«Сникерс» - лучшая еда!

Стих Здравика: Будешь кушать «Сникерс» сладкий –
Будут зубы не в порядке.
Если кто не верит,
На себе проверит.

Стих Фырки: В мире лучшая награда –
Это плитка шоколада.

Стих Здравика: В мире лучшая награда –
Это ветка винограда.

Вот ещё:

Фырка

Здравик

Я собою очень горд

Фрукты, овощи полезней

Я купил сегодня торт.

Защищают от болезней.

Будешь много есть горчицы -
Полетишь быстрее птицы.

Тот, кто много ест горчицы,
Будет злей самой волчицы.

Великие поэты -
Все курят сигареты.

Если будешь, друг, курить –
То не сможешь долго жить.

Ростик: Скажите, ребята, в каких сказках герои едят вредную или полезную пищу? Вот, например, Карлсон правильно питается? А Баба Яга? И т.д.

Муз.руководитель: А теперь нам нужно попрощаться с Ростиком.

Исполняется «Зелёная песенка» (Ростик исчезает)

Приложение № 6

Конспект итогового занятия по программе «Цветные нотки»

Цель:

- Формирование мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни
- Научить любить свой организм, осознанно относиться к своему здоровью

Задачи:

Обучающие:

- ✓ Продолжать учить осознанно подходить к своему здоровью;
- ✓ Формировать певческие навыки: петь слаженно в ансамбле, чётко произносить слова песен, начинать пение после вступления.
- ✓ Знать, что от хороших или плохих слов зависит их здоровье и здоровье окружающих
- ✓ Знать основные части тела
- ✓ Изучить понятие «микробы»
- ✓ Знать основные части тела

- ✓ Изучать себя и свой организм
- ✓ Учить отвечать на вопросы полными предложениями;
- ✓ Развивать связную речь, через исследовательскую деятельность;

Развивающие:

- ✓ Развивать у детей чувство ритма и слух.
- ✓ Формировать певческий голос. Добиваться чистоты интонирования при пении
- ✓ Развивать творческие способности: фантазию, воображение.
- ✓ Побуждать детей к танцевальной импровизации, вызывая положительные эмоции
- ✓ Развивать творческое воображение посредством музыкально-ритмических движений
- ✓ Развивать память, внимание, мышление.
- ✓ Закрепить пройденный материал
- ✓ Активизировать в речи детей: почемушки, микроскоп, человеческое тело, микробы.

Воспитательные:

- ✓ Воспитывать у детей желание заботиться о своём здоровье, стремление вести здоровый образ жизни;
- ✓ Воспитывать любовь и интерес к музыке.
- ✓ Создать условия для воспитания любви к восприятию музыки, проявляющиеся в желании выполнять творческие задания, умения слушать музыку до конца

Структура ООД:

Вводная часть:

- Вводное слово
- Пение песни приветствие

Основная часть:

- Беседа с детьми о
- Игра «Моё тело»
- Конструирование человеческого тела (Обводим контур лежащего на полу ребёнка)

- Вопросы к детям о том как поитогает нам наше тело жить
- Исполнение песни”Почемучка”
- Сказка о мальчике Диме
- Исполняется песня «Вода и мыло»
- Игра: « Можно-нельзя»
- Клип о микробах

Заключительная часть:

- Исполнение танца детьми “Весёлые Кукутики”.
- Подведение итогов

Материал и оборудование:

-техническое оснащение: мультимедийный экран и ноутбук, музыкальный центр,

-музыкальный материал: М.Л. Лазарев

- материалы для занятия: бумага, маркер, мыло, мыльные пузыри, большое зеркало, кукла Здравик.

-демонстрационные видеоматериалы: о микробах, советы-Осторожно, микробы!

Интеграция образовательных областей:

-познавательное развитие

-физическое развитие

-социально-коммуникативное развитие

-речевое развитие

Музыкальный репертуар

1.Песенка приветствие. Муз. Хисматуллиной

2.Песня “Вода и мыло” муз.М.Л. Лазарев

3. Песня “Почемучка” муз.М.Л. Лазарев

4. Танец “Весёлые Кукутики”

Предварительная работа

1.разучивание песенки приветствие.

2. просмотр видео о микробах

3. Беседы с детьми о человеческом теле. Из чего состоит человеческое тело.

Организованная образовательная деятельность

Слайд с названием занятия 1.

Музыкальный руководитель: Как всегда, начнём наше занятие с волшебного слова «здравствуйте». Чаще говорите «Здравствуй!» маме, папе, родственникам, друзьям. Ведь когда мы его говорим, то мы не только приветствуем друг друга, но и желаем здоровья. Это слово обладает оздоровительной силой.

Давайте поздороваемся при помощи песенки

Песенка приветствие.

Музыкальный руководитель: Ребята, давайте подойдём к зеркалу. Каждый видит себя. Это самое дорогое, что есть на свете. Посмотрите, какие вы все разные. У кого-то глазки карие, у кого-то голубенькие. А какие у вас носики? Тоже разные. Есть и курносенькие, и остренькие. И волосики тоже у всех разные. А как вы думаете, если бы мы все были одинаковыми – интересно было бы тогда жить? Ну, конечно же – нет. Жизнь такая интересная и разнообразная, потому, что мы все разные!

Давайте поиграем, повторяйте за мной части тела.

Игра «Моё тело»

Музыкальный руководитель:

- головушка-соловушка (гладят голову),
- лобик-бобик (выставляют лобик вперёд)
- носик-абрикосик (показывают пальчиком на кончик носа)
- щёчки-комочки (трут ладошками)
- глазки-краски (раскрывают пошире глазки, смотрят вокруг)
- реснички-сестрички (хлопают ресничками)
- ушки-непослушки (трут тихонько пальчиками свои ушки)
- плечики-кузнечики (дёргают плечиками вверх-вниз)
- ручки-хватучки (хватают вокруг себя)
- пальчики-мальчики (шевелият пальцами рук)
- пузик-арбузик (гладят животик)
- спинка-тростинка (вытягивают спинку)
- коленки-поленки (сгибают ножки в коленках по-очереди)

-ножки-сапожки (топают ножками)

Молодцы! А теперь давайте нарисуем кого-нибудь. Кто хочет?

Обводим контур лежащего на полу ребёнка

Музыкальный руководитель: Посмотрите, ребята, что у нас получилось?

Ответ детей: человеческое тело

Проходим к стульчикам, продолжаем занятие.

Музыкальный руководитель: Мы уже знаем, из каких частей состоит наше тело. Но важно знать, как оно нам служит и помогает жить. Что оно может?

Дети: дышать, есть, пить, думать, говорить, двигаться.

Музыкальный руководитель: Я сейчас исполню вам песенку «Почемучка», а вы мне помогайте.

Во время исполнения песни дети показывают части тела.

Музыкальный руководитель: (после исполнения песни задаю детям вопросы) А зачем нам нужны ручки? А зачем нужна спинка? А зачем нужны ушки?

Вот видите, как помогает нам наше тело жить, и мы в свою очередь с вами должны беречь его.

А теперь я расскажу вам сказку, про мальчика Диму.

Сказка

Наступило утро. Дима проснулся и сразу побежал на кухню, чтобы съесть чего-нибудь. И только он протянул руку к тарелочке, как на руку ему сверху упала маленькая капелька. Дима хотел её стряхнуть, но капелька тут - же превратилась в человечка.

-Привет, сказал человечек. – Я, Здравик, учитель здоровья.

-Здравствуйте! – ответил Дима.

-Прежде чем есть, нужно обязательно вымыть руки.

-Да я знаю, - ответил Дима – На руках могут быть микробы, и я могу заболеть. Иду умываться

-Подожди, - сказал Здравик. – Я покажу тебе, как надо правильно мыть руки. Идём в ванную.

Сначала нужно завернуть рукавички, отрыть кран с холодной водой, можно добавить и тёплой, но утром лучше умываться холодной водой. Она бодрит, веселит и закаляет. Теперь нужно взять мыло и намылить под водой руки. Затем убираем мыло и долго натираем себе руки, особенно между пальцами, там очень много микробов, пока не появятся мыльные пузыри.

-Я люблю мыльные пузыри, люблю их выдувать через колечко - сказал Дим Димыч.

Здравик: Это хорошо, что ты их любишь, но они нужны ещё для того, чтобы избавиться от микробов. И запомни такое правило:

*От простой воды и мыла
у микробов тает сила*

Исполняется песня «Вода и мыло» (пускаем мыльные пузыри)

Музыкальный руководитель: Вот мы и помыли руки. А что же теперь микробов никогда на руках не будет?

Будут, конечно. Просто нужно чаще их мыть.

Смотрим 1ый клип о микробах

Музыкальный руководитель: Смотрите внимательно и всё запоминайте.

Задаю вопрос: Скажите, ребята, как называется прибор, при помощи которого можно рассмотреть микробы?

Смотрим 2ой клип. Советы. Осторожно-микробы!

Игра: « Можно-нельзя»

Сейчас мы с вами поиграем в игру «Можно-нельзя». Если «можно», то мы будем хлопать в ладоши. А если «нельзя», то будем топтать.

-Садиться за стол с грязными руками

-Садиться за стол с чистыми руками

- Есть грязные не мытые фрукты и овощи
- Грызть ногти можно?
- Чихать и не прикрывать нос и рот носовым платком
- Жить в очень грязной квартире
- Делать по утрам зарядку
- Можно давать свою зубную щётку и расчёску кому-нибудь в пользование?

Молодцы! Вы справились с заданием! Поэтому я для вас приготовила сюрприз и приглашаю всех на танец «Весёлая зарядка».

Люди с самого рождения жить не могут без движения!

Исполняется Танец «Весёлая зарядка»

Подведение итогов.

Психогимнастика «Лучик»

Музыкальный руководитель: А теперь потянулись все к солнышку, собрали все солнечные лучики. Прижали к сердцу, улыбнулись, а теперь подарите лучики вашим мамам и папам. Скажите «Будьте здоровы - не болейте!»

Вы замечательно занимались. До свидания.

Дети идут в группу.

Анкета для родителей

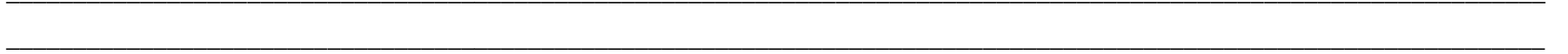
1. Одобряете ли вы включение в учебный процесс валеологических программ, ориентированных на сохранение и укрепление здоровья детей? _____

2. Помогают ли вашему ребенку знания о себе в повседневной жизни? Каким образом? _____

3. Считаете ли вы целесообразным продолжать работу по приобщению детей к здоровому образу жизни? _____

4. Каким темам, вы считаете, надо уделить больше внимания? _____

5. Ваши пожелания. _____



85 страницы

(*Врачидеят Ивма смф.*)

Пронумеровано, прошнуровано

Скреплено печатью предприятия

Заведующий МБДОУ №10

Салахова Э.Р.

«*29*» *августа* 20 *21* год.

комбинированного

Власов А.А. А.В.

«Генеральный принцип»

№ 7650046156

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021

М.П.И. 2021