

**Образовательный маршрут для часто болеющих детей посещающих ДОО
Средняя группа № 10**

Чем заняться дома с ребенком? Этот вопрос часто задают себе родители, ведь дети требуют постоянного внимания. Когда мы перестаем это замечать или просто игнорируем по той или иной причине, они стараются привлечь его иными, часто глупыми раздражающими способами. Малыш добивается вашего взгляда криком, ребенок постарше постоянно шалит. Возникает вопрос: чем заняться с ребенком дома? Многих родителей он сводит в ступор, но сложность решения – лишь иллюзия. Наши рекомендации помогут вам в этом. Для проведения дидактических, подвижных игр, а также бесед по темам рекомендуем использовать современные литературные источники, а также обратиться к интернет источникам.

Рекомендуем во время занятий использовать музыкальное сопровождение и просмотр познавательных мультфильмов.

Уважаемые родители, этот маршрут разработан специально для Вас!



**Кузнецова Н.В.
Русакова С.Ю.**

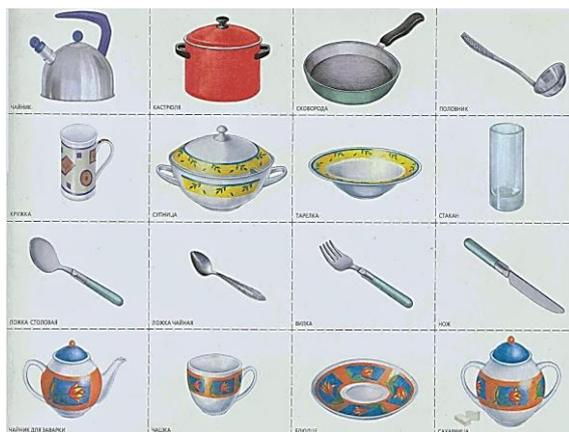
Март

Тема: « Весна. Мамин праздник»



- Прививать любовь и заботливое отношение к маме как самому близкому человеку; (ребенок наблюдает за теплым отношением в кругу семьи.)
- Рекомендуем вызвать желание оказывать посильную помощь маме в домашних делах. (Любую инициативу ребенка, нужно поддерживать).
- Рекомендуем провести беседы рассматриваем фотографии на тему: «Мамин праздник», «Моя любимая мама», «Бабушка любимая» (можно использовать иллюстрации и семейный альбом).
- Рекомендуем чтение стихотворения А.Барто «Разговор с мамой»; Г.Виеру «Мамин день», С.Седов «Сказки про мам» (При желании, рекомендуем заучивание).
- Рекомендуем провести конструирование, складывание из бумаги (оригами) «Цветок для мамы»
- Рекомендуем словарные игры «Волшебные и ласковые слова про маму» (В них можно поиграть в промежутках между домашними делами)
- Рекомендуем поиграть в сюжетно-ролевые игры «Детский сад», «Семья.
- Рекомендуем поиграть в пальчиковую гимнастику: «Весна», «Подснежник», «Первоцвет», «Бабушкин хлебушек».
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры « Жадный кот», « Мы весёлые ребята», « Карусель», « Дети и волк».
- Рисование/апликация «Цветы для мамы» (Рекомендуем продолжать закреплять умение аккуратно пользоваться клеем, правильно держать кисточку, аккуратно пользоваться ножницами, пользоваться салфеткой, равномерно распределять детали на картоне)
- Лепка «Веточка мимозы» (Рекомендуем учить лепить по образцу, показу, аккуратно пользоваться пластилином, учить пользоваться стеклой, развивать мелкую моторику, внимание).

Тема: « Посуда »



- Рекомендуем поговорить с детьми о том, что в разные исторические эпохи люди использовали разную посуду (золотая, серебряная, деревянная, глиняная, плетеная, каменная, стеклянная).
- Рекомендуем воспитывать бережное отношение желание любоваться красивыми предметами быта.
- Рекомендуем чтение В. Шипуновой «Чаепитие», «Федорино горе». К. Чуковский, «Большая ложка» З. Александрова.
- Рекомендуем провести беседы и наблюдения «Для чего и почему»- дать детям знания о назначении разных предметов посуды, особенности внешнего вида, использования. «Как накрыть стол» знакомить детей с миром посуды, необходимой для разных продуктов. «Как вести себя за столом» продолжать формировать навыки правильного поведения за столом и основными правилами этикета.
- Рекомендуем поиграть в дидактические игры: «Подбери по цвету», «Подбери пару», «Четвертый лишний».
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры «Лошадки», «Кот и мыши», "Ловишки - перебежки", «Кот и мыши».
(Лучше играть на прогулке)
- Рекомендуем поиграть в Сюжетно – ролевые игры «Магазин посуды», «Кафе», «Угощение».
- Рисование «Голубые краски Гжели» роспись тарелочки познакомить с народным творчеством. Формировать умение передавать элементы гжельской росписи, используя синюю, голубую, белую краски.
«Роспись кувшинчиков» учим детей расписывать готовый шаблон кувшина, используя для этого цветовую гамму и элементы узора, характерные для керамической посуды.
- Лепка «Чашка с блюдцем» учим лепить посуду, пользуясь знакомыми способами лепки, развиваем умение правильно передавать соотношения между предметами.

Тема: « Бытовая техника »



- Рекомендуем поговорить с детьми об истории возникновения предметов быта, их эволюцию от древности до наших дней. Формируем представления детей о предметах, облегчающих труд человека в быту. Обращаем внимание на то, что они служат человеку.
- Рекомендуем воспитывать бережно и внимательно относиться к предметам бытовой техники.
- Рекомендуем чтение инсценировка стихотворения Л. Громовой «Холодильник». Предложить, используя маски продуктов, обыграть произведение. сказка «Как бытовые приборы в магазине поссорились», стихотворение С. Михалкова «Скверная история», стихотворение Олеси Емельяновой «Что включается в розетку», стихотворение О. Чернорицкая «Кот Василий и бытовая техника», сказка «История из холодильника», С. Маршак «Кошкин дом», Г. Остер «Вредные советы», Т. Шорыгина «Безопасные сказки».
- Рекомендуем провести беседы и наблюдение «Какую бытовую технику вы знаете» расширяем знания детей о бытовой технике и ее предназначении.
- Рекомендуем поиграть в дидактические игры «Чудесный мешочек» (посуда), «Что лишнее» (Бытовая техника. Посуда), «Что появилось?», «Чего не стало?».
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры «День и ночь», «Мыши в кладовой», «Лохматый пес».
(Лучше играть на прогулке)
- Рекомендуем поиграть в Сюжетно – ролевые игры а «Магазин электроприборов», «Пожарные», «Поможем маме убраться в квартире».
- Рисование «Бытовая техника» учим детей самостоятельно выбирать тему своего рисунка, доводить задуманное до конца, правильно держать карандаш, закрашивать небольшие части рисунка. Развивать творческие способности, воображение.
- Аппликация «Опасные предметы» создание условия для совершенствования умений детей создавать из бумаги разнообразные формы. Научить вырезать из бумаги короткие и длинные полоски, круги и овалы, преобразовывать одни фигуры в другие. Способствуем развитию осторожности. Привести к пониманию того, что шалость и игра с опасными предметами может привести к страшным последствиям

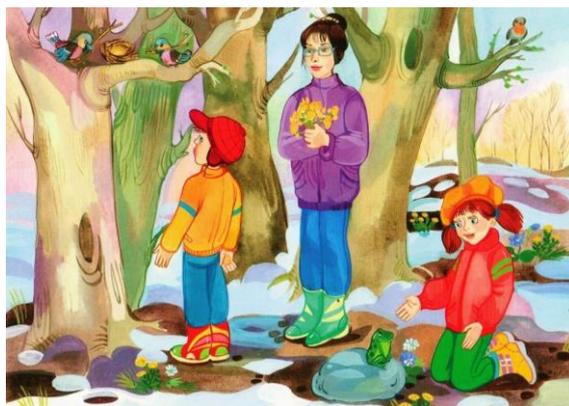
Тема: « Неделя детской книги »



- Рекомендуем поговорить с детьми о возникновении первой книги, истории жизни книги до наших дней, видах книг. Углубляем интерес детей к литературе, воспитываем желание к постоянному общению с книгой в совместной со взрослым и самостоятельной деятельности; развиваем способность к целостному восприятию текста; продолжаем учить пересказывать сказки и рассказы, выразительно читать наизусть стихи.
- Рекомендуем воспитывать чуткость к выразительным средствам художественной речи, словесному творчеству.
- Рекомендуем чтение сказки Д. Мамина-Сибиряка «Сказка про Комара Комаровича-Длинный нос и про Мохнатого Мишу-Короткий хвост».
- Рекомендуем провести беседы «Какие бывают книги?» формируем у детей представление о книгах, их видах, важности для человека. «Назови любимую сказку». развиваем память и речь детей. Беседа о правилах обращения с книгой. Игровая ситуация «Книжка заболела» узнать, как можно вылечить книгу и попробовать совместно вылечить книгу. «Что такое сказка? Чему она нас учит?» выявление понимания детей о значимости сказки.
- Рекомендуем поиграть в дидактические игры «Расставь по порядку», «Сложи картинку и определи сказку», «Найди ошибку в рисунке».
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры «Меткий стрелок», «Ловишки», «Мышеловка».
- (Лучше играть на прогулке)
- Рекомендуем поиграть в Сюжетно –ролевые игры « Книжный магазин», «Семья» - «Почитай мне мама, сказку», «В театре».
- Рисование « Мой любимый сказочный герой » изображение образа любимого сказочного героя. Формируем умения передавать в рисунке образы сказок, характерные черты полюбившегося персонажа; закрепляем умения рисовать акварельными красками.
- Аппликация «Закладка для книги» учим детей правильно пользоваться ножницами, аккуратно приклеивать детали, развиваем творческие способности.

Апрель

Тема: «Сезонные изменения в природе: Весна первоцветы»



- Рекомендуем поговорить с детьми о весне, весенних месяцах. Рассказать детям о весенних цветах-первоцветах, о необходимости их охраны. Расширяем представления о взаимосвязи весенних изменений в неживой природе с изменениями в жизни растений.
- Рекомендуем воспитывать аккуратность во время прогулок. Наблюдаем за лужами: уточняем представление о признаках весны, об изменениях, происходящих в неживой природе.
- Рекомендуем чтение сказки В. П. Катаева «Цветик – семицветик», М. Скребцова «Нежный подснежник», «Подснежник» Б.Вовк, «Про одуванчик» Г.Грановская, Заучивание потешки «Иди весна, иди красна».
- Рекомендуем провести беседы и наблюдение по темам «Такие разные цветы». Определение строения и окраски цветов, о месте, где растет цветок. «Красная книга», «Подснежник на проталине» (Предлагаем проводить на прогулке, а так же в домашних условиях с использованием иллюстраций по теме.)
- Рекомендуем поиграть в дидактические игры: д/и «Сложи из частей цветов», «Растения леса, сада», «Что изменилось», «Что где растёт? », «Четвертый лишний», «Что перепутал художник»
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры «Солнышко и дождик», «Лягушки», « Песенка стрекозы» (Лучше играть на прогулке)
- Рекомендуем поиграть в Сюжетно –ролевые игры «Магазин цветов», «Дочки- матери», «Ждем гостей».
- Рисование «Весенние цветы, Подснежники» - учим рисовать цветы на основе представления о внешнем виде растений (стебель, листья, цветок); закрепляем навыки работы акварельными красками по цветному фону, умение рисовать одним цветом по другому по мере высыхания; развиваем цветовое восприятие, умение гармонично подбирать краски для получения выразительного изображения, воспитываем устойчивый интерес к изобразительной деятельности.
(Рекомендуем музыкальное сопровождение Слушание Чайковского «Подснежники» из цикла «Времена года» ХОРОВОД "ВЕСНЯНОЧКА")
- Аппликация «Мать – и – мачеха» учим детей умению создавать несложную композицию на листе из геометрических фигур. Продолжаем учить детей правильно держать ножницы и пользоваться ими, формировать навык разрезания по прямой коротких полос-делать надрезы по кругу. Закрепляем приёмы аккуратной аппликации.

Тема: « Домашние животные »



- Рекомендуем поговорить с детьми о домашних животных. Живут рядом с человеком, приносят ему пользу, человек о них заботится: кормит, лечит. Развиваем умение – обобщать, знакомим детей с жизнью домашних животных, обитающих в городской и сельской местностях.
- Рекомендуем воспитывать заботливое отношение к животным.
- Рекомендуем чтение С. Я. Маршак «Сказка о глупом мышонке», В. Бианки. «Кошкин питомец», С. Маршак «Усатый полосатый», «Детки в клетке».
- Рекомендуем провести беседы «Животные у нас дома» вызвать у детей интерес к теме недели. Расширяем знания детей о домашних животных.
- Рекомендуем поиграть в дидактические игры «Отгадываем загадки» - о домашних животных, «В чем ошибся художник?», «Чей детёныш?».
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры «Воробушки и кот», «По трудной дорожке», (Лучше играть на прогулке)
- Рекомендуем поиграть в Сюжетно –ролевые игры «Семья», сюжет: в семье есть дом. животное - помочь детям развить сюжет игры, играть дружно, «Ветеринарная лечебница», «Фермеры».
- Рисование «Кошка» учим детей рисовать кошку, передавая простейшие соотношения тела; закрепляем представления о форме: туловище – овальное, голова – круглая. Закрепляем приёмы закрашивания рисунка красками, проводить линии и штрихи в одном направлении, не выходя за пределы контура. Развиваем детское творчество.
- Аппликация «Скотный двор» закрепляем навык наклеивания элементов деталей. Развиваем чувство композиции. Закрепляем умение работать в коллективе, аккуратно наклеивать детали. Подводить к эстетической оценке работ. Развитие речи, памяти, мышления, воображения. Воспитываем интерес к аппликации.

Тема: « Инфраструктура ближайшего окружения: В магазине (в супермаркете) »



- Рекомендуем поговорить с детьми о продуктах питания, питьевой воде; о продуктовых магазинах, о разнообразии отделов в магазине, их названия. Формируем знания о хлебе - одном из главных продуктов питания в России.
- Рекомендуем воспитывать в детях чувство уважения к труду людей, производящие продукты питания.
- Рекомендуем чтение стихотворения «Сладкоежка», Ю. Тувима «Овощи»,
- Рекомендуем провести беседы «Что я ем?» формируем представления о продуктах питания, их назначении, существенных признаках, ценности для здоровья. вредных продуктах питания. Развиваем умения обследовательских действий, умение определять некоторые продукты по внешним признакам (на ощупь, по запаху, по вкусу) Отгадывание и загадывание загадок о продуктах питания.
- Рекомендуем поиграть в дидактические игры «Продолжи предложение», «Мы играем в магазин».
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры «Огуречик - огуречик», (Лучше играть на прогулке), «Найди свой домик».
- Рекомендуем поиграть в Сюжетно –ролевые игры «Уберёмся в супермаркете», «Куклы собираются на прогулку по магазинам»
- Рисование «Отделы в продуктовом магазине» учим передавать форму и характерные особенности продуктов питания по их описанию в загадках; самостоятельно смешивать краски для получения нужного оттенка; располагать рисунок на целом листе. Развиваем чувство формы и цвета.
- Лепка (тестопластика) развиваем умение лепить разные продукты питания по представлению, украшать их. Развиваем умение лепить знакомыми способами; творческие способности.
- Конструирование «Супермаркет» (коллективное) расширяем знания о строении дома и его назначении. Продолжаем развивать умение осуществлять сенсорный анализ постройки. Расширяем представления об архитектурных постройках, выделять части построек, рассказывая из каких построек состоит.

Тема: « Неделя пожарной безопасности »



- Рекомендуем поговорить с детьми о том «Как вести себя при пожаре» познакомить с правилами поведения во время пожара и со средствами его тушения. Рассказать о профессии пожарного, о значимости его труда. Расширять знания о труде пожарных, воспитывать интерес к его работе. Показать важность труда пожарных: побеждать огонь, спасать людей. Они сильные, тренированные, храбрые.
- Рекомендуем воспитывать осознанное и ответственное отношения к выполнению правил пожарной безопасности.
- Рекомендуем чтение Б. Житков «Дым», С. Маршака «Пожар», Е. Пермяк «Сказка о том, как огонь с человеком подружился», Братья Гримм. «Соломинка, уголек и боб».
- Рекомендуем провести беседы «Что такое пожар и из-за чего он может возникнуть? Кто приходит к нам на помощь, что помогает нам потушить пожар?», «О поведении во время пожара» формируем навыки поведения при пожаре. Закрепляем с детьми правило «Нельзя!». «Спички в нашем доме» познакомить детей со спичками, сформировать понимание, какую опасность они представляют.
- Рекомендуем поиграть в дидактические игры «Горит – не горит», «Что необходимо пожарному?», «Похож -не похож».
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры «Третий лишний», «Ловишки», «Хитрая лиса».
- (Лучше играть на прогулке)
- Рекомендуем поиграть в Сюжетно – ролевые игры «Пожарные», «Игровая ситуация «Звоним пожарным».
- Рисование «Рисование пожарных машин, работу пожарных». «Пожар» - Закрепляем изобразительные и технические навыки, формируем навык безопасного поведения.
- Аппликация «Новый дом для кошки» формирование у детей осознанного и ответственного отношения к выполнению правил пожарной безопасности.
- Драматизация «Кошкин дом» развиваем творческие способности детей. Показать, что совместными действиями можно потушить пожар.

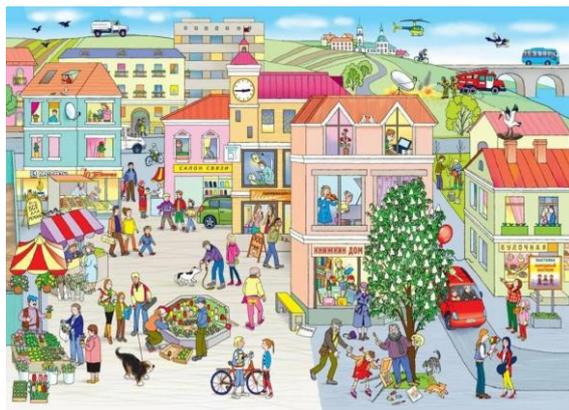
Май

Тема: « Праздники и будни День Победы »



- Рекомендуем познакомить детей с праздником 9 Мая, рассказать о своих прадедушках и прабабушках, прошедших войну. Расширяем кругозор детей. Рассказать о подвигах воинов и юных героев, в годы Великой Отечественной войны.
- Рекомендуем понаблюдать во время прогулок за деревьями и кустарниками. Беседа о весне.
- Рекомендуем чтение стихотворения Е. Благиной «Шинель», Л. Кассиля «Памятник советскому солдату», Белозерова «Майский праздник – день Победы».
- Рекомендуем по развитию математических способностей продолжаем считать в пределах 10, учим отвечать на вопросы «Сколько?», «Который по счету?». Совершенствуем умение устанавливать последовательность частей суток утро, день, вечер, ночь.
- Рекомендуем провести беседы и наблюдение по темам: «Что за праздник День Победы?», «Ветераны Победы», «На страже мира», «Памятник советскому солдату». (в домашних условиях с использованием иллюстраций по теме.)
- Рекомендуем поиграть в дидактические игры: «Разложи по порядку», «Какое время года», «Найди то, что я покажу».
- Рекомендуем на развитие навыков и умения конструктивной деятельности детям выполнить постройки из лего - конструктора «Пограничная застава».
- Рекомендуем рассматривание картин для бесед с детьми, А.Локтионов «Письмо с фронта», А.Меркулов «Салют Победы». Развитие свободного общения с взрослыми и детьми, обогащение словарного запаса детей.
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры «Бездомный заяц», «Кот на крыше» (Лучше играть на прогулке)
- Рекомендуем поиграть в сюжетно ролевые игры «Пограничник на границе», «Военные».
- Рисование «Салют» продолжаем учить рисовать детей по замыслу, прорисовывать отдельные части, развивать творческие способности.
- Лепка «День Победы. Звезда» Продолжаем учить детей отрывать маленькие кусочки пластилина, скатывать их между ладоней и расплющивать пальцем сверху.

Тема: « Инфраструктура ближайшего окружения: Моя улица »



- Рекомендуем поговорить с детьми о родном городе (формирование начальных представлений о родном доме, городе, крае, его культуре, истории). Подвести к пониманию того, что люди, которые строили город, очень старались и хорошо выполнили свою работу.
- Рекомендуем воспитывать чувство гордости за свой город.
- Рекомендуем чтение С. Михалков «Дядя Стёпа», А. Гайдар «Поход», С. Маршак «Вот какой рассеянный», М. Кравчук «Вырастает город».
- Рекомендуем провести беседы «Моя улица. Как найти нужный дом? (по адресу)». Вспомнить с детьми, что в городе много улиц, у каждой есть свое название, а у дома – есть свой номер. Рассматривание фотографий родного города. «Достопримечательности нашего города». Познакомить детей с памятниками нашего города. «Как город сделать чище?» проговаривать с детьми, что нельзя мусорить в городе (от этого он становится грязнее), что для этого существуют урны и т.д.
- Рекомендуем поиграть в дидактические игры «Для чего?», «Подбери предметы по форме», «Назови ласково», "Чудесный мешочек".
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры «Воробышки и автомобиль», «Хоровод», «Мышеловка».
(Лучше играть на прогулке)
- Рекомендуем поиграть в Сюжетно – ролевые игры «Праздник в городе», "Путешествие в автобусе по городу", «Дом».
- Рисование «Дом, в котором ты живешь» учим рисовать большой дом, передавать прямоугольную форму стен, ряды окон. Развиваем умение дополнять изображение на основе впечатлений от окружающей жизни. Вызываем у детей желание рассматривать свои рисунки, выражать свое отношение к ним.
- Аппликация «Кто в каком домике живет» учим создавать изображение предметов, состоящих из прямоугольных, квадратных, треугольных частей.

Тема: « Что такое время »



- Рекомендуем поговорить с детьми как ориентироваться в непосредственно прошедшем и ближайшем времени, формируем представления детей о круглом годе. Познакомить детей с историей появления часов; рассказать о том, как в древности люди определяли время.
- Рекомендуем воспитывать «чувство времени», умение беречь время, регулировать свою деятельность в соответствии со временем.
- Рекомендуем чтение стихотворений Л. Квитко «Утро», «Все спят» С. Капутикана, «С добрым утром» Е. Благинина, «Спать пора» П. Воронько, И. Токмакова «Где спит рыбка», С.Маршак «Круглый год», «Про всё на свете», Э.Котляр «Часы с кукушкой», «Часы – часики».
- Рекомендуем провести беседы «Времена года» - закрепить знания о временах года и связанных с ними природных явлениях, и изменениях в жизни людей «Для чего нужен календарь людям?» - формировать знания детей о календарях разных видов. Наблюдение за часами формируем у детей понятия: час и минуты.
- Рекомендуем поиграть в дидактические игры «Посчитай и сравни», «Какое время года», «Кто, где находится?», «Части суток», «Что сначала, что потом», «Когда это бывает».
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры «День - ночь», «Ловишки», «День – ночь» (Лучше играть на прогулке)
- Рекомендуем поиграть в Сюжетно – ролевые игры «Магазин часов», «Часовая мастерская».
- Рисование «Наш календарь» с элементами аппликации учим детей составлять гармоничные цветовые композиции, передавая впечатления о разных временах года.
- Аппликация «Часы. Мастерим сами» формируем творческие навыки, совершенствуем умение работать с разными материалами; развиваем мелкую моторику; воспитываем аккуратность в работе.
- Конструирование «Башня с часами» развиваем творческие способности к конструированию, фантазию.

Тема: « Безопасное поведение в природе »



- Рекомендуем поговорить с детьми о правилах безопасного поведения в природе, знакомим с многообразием животного и растительного мира, с явлениями неживой природы. Формируем элементарные представления о способах взаимодействия с животными и растениями. Формируем понятия: «съедобное», «несъедобное», «лекарственные растения». Знакомим с опасными насекомыми и ядовитыми растениями.
- Рекомендуем воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту весенней природы.
- Рекомендуем чтение М. Бородинская «Разговор с пчелой», А. Барто «Весенняя прогулка».
- Рекомендуем провести беседы «Лес – богатство нашей Родины» формируем представление о значении леса в жизни человека. Беседа о безопасности на воде.
- Рекомендуем поиграть в дидактические игры «Будь осторожен в природе», «Один-много», «Назови ласково», «Съедобное- несъедобное».
- Рекомендуем поиграть в подвижные игры «Быстрее ветра», «Кто выше?», «Через ручеек».
(Лучше играть на прогулке)
- Рекомендуем поиграть в Сюжетно – ролевые игры «Пикник», «Семья»: сюжет «Приглашаем гостей на пирожки».
- Рисование « Природа пробуждается» формируем у детей изобразительных умений и навыков, развитие творческих способностей, фантазии, воображения. Упражняем в умении рисовать дерево, кусты, траву, дорисовывать листья, используя метод «примакивания» кисти к листу бумаги.
- Аппликация коллективная «Берегите лес - это чудо из чудес!» формируем у детей ответственное поведение в лесу, необходимость соблюдения правил пожарной безопасности, расширяем представление о лесе и его значении для животных и человека.

1. Картотека дидактических игр с детьми 4-5 лет

<https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2021/04/20/metodicheskaya-razrabotka-kartoteka-didakticheskikh-igr>

2. Картотека подвижных игр с детьми 4-5 лет

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2020/05/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-v-sredney-gruppe-v-vesenniy-period>

3. Картотека пальчиковых игр с детьми 4-5 лет

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/razvitie-rechi/2022/04/16/kartoteka-palchikovyh-igr-vesna>

4. Сюжетно-ролевые игры для детей 4-5 лет

<https://multiurok.ru/files/kartotieka-siuzhietno-rolievoi-ighry.html>

5. Театрализованные игры для детей 4-5 лет

<https://www.maam.ru/detskijasad/teatralizovanyi-muzykalnyi-dosug-vesenja-skazka-srednja-grupa.html>

6. Кинезиологическая гимнастика для детей 4-5 лет

<https://ped-kopilka.ru/blogs/olga-panina/palchiki-igrayut-rech-nam-razvivayut.html>

7. Картотека прогулок и наблюдений в средней группе

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2022/05/02/kartoteka-progulok-vesenniy-period>

8. Утренняя гимнастика в средней группе

<https://дс48.рф/wp-content/uploads/2023/01/комплекс-утренней-гимнастики-для-средней-группы.pdf>