*Гимнастика, физические упражнения,*

*ходьба должны прочно войти*

*в повседневный быт каждого,*

*кто хочет сохранить работоспособность,*

*здоровье, полноценную и радостную жизнь.*

*Гиппократ*

 **Ведение:**

Совершенствование качества обучения и воспитания в напрямую зависит от уровня подготовки воспитателей. Неоспоримо, что этот уровень должен постоянно расти, и в этом случае эффективность различных курсов повышения квалификации, семинаров и конференций невелика без процесса самообразования педагога.

Самообразование - есть необходимое условие профессиональной деятельности педагога. Общество всегда предъявляло, и будет предъявлять к учителю самые высокие требования. Для того, чтобы учить других, необходимо знать больше, чем все остальные. Тема, над которой я буду работать: **«Использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания детей старшего дошкольного возраста»**

**Актуальность темы:** Федеральный государственный образовательный стандарт рассматривает дошкольное детство как важный, самоценный этап в общем  развитии человека. Одной из главных предпосылок для обеспечения полноценного проживания ребенком всех этапов детства является здоровье. Впервые здоровье определено, как составляющее и важный результат образования.

Здоровый ребенок - одно из главных условий правильного формирования его характера, развития творческой инициативы, сильной воли, природных задатков. У здорового ребенка быстрее формируются все необходимые умения и навыки, он лучше приспосабливается к смене условий и адекватно воспринимает предъявляемые к нему требования

Проблема здорового образа жизни и здоровья человека актуальна всегда, на каждом историческом этапе она представляется в новом свете, требует новых подходов и решений. В.В. Путин отметил, что сохранение здоровья является важным для государства "Мы ставим перед собой задачу решать массу проблем, но одна из главнейших — это здоровье нации. Если этого не будет, то не будет ничего другого, ничего не будет: ни экономики не будет, ни образования — ничего не будет. Поэтому это чрезвычайно важная вещь"

**Обоснование темы:**Одной из задач федерального государственного образовательного стандарта является обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей. Для реализации данной задачи взаимодействие с семьей должно строиться на принципах партнерства, взаимопонимания, доверия, активного слушания, согласованности действий, самовоспитания, ненавязчивости, обмене жизненным опытом, безусловным принятием ребенка.

Работа с детьми по формированию здорового образа жизни  в дошкольном образовательном учреждении направлена на формирование определенных  знаний и навыков, осознанной потребности в занятии физкультурой и спортом, понимании того, что здоровье – это не только отсутствие болезней, но и потребность в бережном отношении к своему организму. Для того чтобы эта работа была успешной, необходимо создавать определенные условия.

Главным условием в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом можно выделить учет индивидуальных особенностей и потребностей каждого ребенка (ребенок – субъект образования, активный в выборе содержания своего образования), учет жизненной ситуации,  состояния здоровья каждого ребенка. Так же важными условиями формирования у детей здорового образа жизни является:

* Здоровьесберегающие технологии  и их реализация в дошкольном образовательном учреждении.
* Сотрудничество с семьей, единство требований.
* Системность и планомерность работы по здоровьесбережению.
* Создание специальных условий для обеспечения двигательной активности детей, удовлетворение потребности их в движении.
* Обеспечение соблюдения режима дня, смены деятельности с учетом возрастных особенностей.
* Индивидуальная работа с детьми.
* Работа по оздоровлению ослабленных детей.
* Индивидуальный подход к детям, перенесшим заболевание.
* Проведение диагностических исследований.
* Достаточная материальная база, создание развивающей среды.

Необходимо не только давать знания, но и научить детей использовать их: разумно относиться к своему здоровью, определять свое состояние, различать что полезно для организма, а что вредно, проявлять любознательность в вопросах здоровья, уметь предотвращать ситуации, угрожающие здоровью, самостоятельно, без напоминания соблюдать опрятность, чистоту, культурно-гигиенические навыки, понимать пользу физических упражнений.

Следует помнить, что большое значение в этом имеет личный пример и пример окружающих. Педагоги и родители должны вести здоровый образ жизни, заниматься спортом, соблюдать культурно-этические нормы, быть достойным объектом для подражания.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования направлен на поддержку разнообразия детства, сохранения его уникальности и самоценности. Каждый ребенок имеет право на счастливое, полное впечатлений детство. Каждый ребенок хочет быть здоровым, сильным, ловким, бегать, прыгать, кататься на велосипеде, играть со сверстниками во дворе, полноценно прожить эту яркую страницу своей жизни и стать достойным гражданином своей страны. А помочь ребенку, научить его ценить свое здоровье, заботиться о нем и радоваться жизни можем только мы, взрослые.

**Цель:** формирование знаний у дошкольников основ здорового образа жизни, добиться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения как к собственному здоровью так и здоровью окружающих.

**Задачи для педагога:**

- планировать учебно-воспитательный способствующий формированию здорового образа жизни

- творчески применять профессионально-педагогические знания в решении конкретных учебных и воспитательных задач с учетом возрастных, индивидуальных, социально-психологических особенностей учащихся;

- организовать учебно-воспитательную работу с дошкольниками на уровне современных психолого-педагогических, медико-биологических, дидактических и методических требований;

- выбирать и творчески применять методы, средства и организационные формы учебной, воспитательной, физкультурно-оздоровительной и других видов деятельности дошкольников в соответствии с решаемыми задачами.

**Задачи работы по формированию здорового образа жизни дошкольников:**

* формировать представления о том, что быть здоровым - хорошо, а болеть - плохо; о некоторых признаках здоровья;
* воспитывать навыки здорового поведения: любить двигаться, есть побольше овощей, фруктов; мыть руки после каждого загрязнения; не злиться и не волноваться; быть доброжелательным; больше бывать на свежем воздухе; соблюдать режим;
* помочь овладеть устойчивыми навыками поведения;
* развивать умение рассказывать о своем здоровье, здоровье близких;
* вырабатывать навыки правильной осанки;
* обогащать знания детей о физкультурном движении в целом;
* развивать художественный интерес

**Ожидаемый результат:**

1. Обогащение опыта педагога по данной проблеме;
2. Во влечение родителей в здоровьесбережение детей;
3. Пополнение центров современными пособиями: лепбуками, **настольно-печатными играми, дидактическими играми, картотеками, дорожками здоровья, маркерами игрового пространства и тд.**
4. Обогащение детей знаниями о сохранении своего здоровья

**Были намечены этапы самообразования:**

1 этап –– теоретический. Изучение научной литературы по теме. Составление краткого анализа изученной литературы.

2 этап –практический. Знакомство родителей и педагогов с данной проблемой. Апробация подобранного материала.

3 этап –– реализация или рефлексия темы. На данном этапе применяется и углубляется изученное. В процесс активно вовлекается родительская общественность.

**Объекты в работе по самообразованию:**

  - Дети 5-7 лет;

  - Семьи детей  посещающих детский сад;

 - Педагогический персонал детского сада;

**Формы организации деятельности с детьми:**

- групповая;

 - подгрупповая;

- индивидуальная;

**Формы работы с родителями:**

- сотрудничество через консультации,

- родительское собрание,

- беседы,

- совместное изготовление и приобретение дидактического материала.

**Перспективный план по самообразованию на 2022- 2024 учебные года.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название мероприятия** | **Сроки** | **Результат** |
| **Теоретический этап****1 год работы над темой** |
| 1. | Подбор методической литературы для изучения | Сентябрь  | Подобрать методическую литературу для изучения. |
| 2. |  Познакомиться с интернет ресурсами; изучение методической литературы;изучение статей в журналах:«Воспитатель ДОУ»,«Дошкольное воспитание»,«Ребенок в детском саду»,«Обруч» и т.д. | Октябрь-май  |  Изучение методической литературы по теме:И.Е. Аверина. Физкультурные минутки и динамические паузы в детском саду. Практическое пособие.Б.Б.Егоров Оздоровительно-воспитательнаятехнология «Здоровый дошкольник», Москва 2020 годАлямовская В. Г. «Как воспитать здорового ребенка» М, 1993 г.Леви-Гориневская Е. Г. , Быкова А. И. «Закаливание детского организма» М. , 1962 г.Физкультурные праздники в детском саду. Луконина Наталия, Чадова Любовь. Айрис-Пресс 2006.Алексеева Л.М. Спортивные праздники и физкультурные досуги в дошкольных образовательных учреждениях. Ростов н/Д: Феникс, 2005Полиевский С.А., Гук Е.П. Физкультура и закаливание в семье.М. : Медицина, 1984.Л.И. Пензулаева. Оздоровительная гимнастика для детей 3 - 7 лет.Радионова Л.В.Р 15 Здоровьесберегающие технологии в дошкольных образовательных учреждениях: Учебное пособие. — Нижневартовск.2011 гНовикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет «МОЗАИКА-СИНТЕЗ»,  2009 Нестерюк Т.В. Дыхательная и звуковая гимнастика.-М.: - Издательство "Книголюб", 2007. (Педагогика оздоровления).Гаврючина Л.В. Г12 Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. — М.: ТЦ Сфера, 2008Республиканский журнал «Дошкольное воспитание»Зенина, Е.А. Здоровьесберегающие технологии для старших дошкольников / Е.А. Зенина // Инструктор по физической культуре – 2018. - №8. – С. 6-20. |
| 3 | Анализ методической литературы | в течении года | Ведение тетради по самообразованию |
| **Практический этап и рефлексия****2 год работы** |
| 3. | Сбор материала для педагогической копилки. | В течении года  | Картотеки:1.Дыхательная гимнастика2. Упражнения на релаксацию3.Зрительная гимнастика4.Физминутки5.Утренние круги6.Подвижные игры7.Психогимнастика8.Ортопедическая гимнастика9.Игровой массаж11.Картотека упражнений Су Джок13.Гимнастика пробуждения14.Гимнастика с элементами логоритмики15.Картотека дидактических игр по формированию ЗОЖ |
| 4. | **Работа с детьми:**совместная и самостоятельная деятельность детей в группе. | Октябрь – Май  | 1.Проведение диагностики сформированности знаний и навыков ЗОЖ (2 раза в год)2. Индивидуальная работа, заполнение ИОМ на каждого ребенка3.Составление перспективного планирования на год4.Проведение открытых мероприятий:А) Квест-игра «Путешествие за секретами здоровья»Б) Развлечение "Будь здоров, малыш!"5.Использования настольно-печатных игр, маркеров игрового пространства на занятиях и в свободной игровой деятельности детей.**Темы настольно-печатных игр**А) «Зоркий глаз»Б) «Витамины»В) «Оказание первой помощи»6.Использование маркеров игрового пространства при организации сюжетно-ролевых игр.А) «Аптека»Б) «Больница»7. Использование ИКТ технологий (ссылки в приложении 1)8.Использование интерактивной игры «Вредно-полезно» |
| 5. | **Работа с родителями:**1.Познакомить индивидуально родителей с проблемами развития речи группы (по результатам диагностики)2. Привлечение родителей к благоустройству и оформлению группы3.Повысить педагогическую грамотность родителей по данной проблеме, через консультации, род.собрание. | Октябрь – Май | 1.Анкетирование родителей2.Родительское собрание «Здоровьесберегающие технологии»,ознакомление родителей с результатами диагностики3. Совместное создание развивающей среды: изготовление пособий, игр4. Консультации: «10 заповедей здоровья» «Фитнес дома» «Дыхательная гимнастика» «Игровой самомассаж» «Правильно питание» «Соблюдаем режим дня» «Су Джок терапия» «Утренняя зарядка в жизни ребенка» «Физкультура с элементами йоги»5.Предложить родителям различные гимнастики, мультики о ЗОЖ на видео хостинге Ютуб (ссылки в приложении1) |
| **Рефлексия** |
| 7. | Самореализация:посещение занятий у воспитателей своего детского сада и района;посещение педсоветов, семинаров, конференций.Самоанализ и самооценка занятия в своей группе;проведение открытых мероприятий.Публикация в журнале по обобщению опыта | Октябрь – Май | 1)Посещение семинаров по вопросу организации предметно-развивающей среды на уровне на уровне городского метод объединения. 2)Просмотр вебинаров в сети интернет:<https://www.youtube.com/watch?v=3CevPbH-khI>Автор: Онишина В.В., к.п.н., доцент кафедры человековедения и физической культуры ГБОУ ВО «Академия социального управления», автор пособий по здоровьесберегающим технологиям. Вебинар проводился журналом "Обруч" совместно с ФГАУ "ФИРО"<http://ext.spb.ru/index.php/webinars/2292-05022013---l--------r-.html>**Международный вебинар «Реализация здоровьесберегающих технологий в начальной школе и детском саду» Ведущая:**Иванковская Светлана Анатольевна, методист развивающего центра «Элти-Кудиц-Нева», психолог. <https://www.youtube.com/watch?v=sNFAkDE_EDo> Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике, РИМЦ «Просвящение»[**https://www.youtube.com/watch?v=qie2cOHn1Fo**](https://www.youtube.com/watch?v=qie2cOHn1Fo)Тема вебинара: Использование здоровьесберегающих технологий охраны зрения у детей в процессе образовательной деятельности. Здоровьесберегающие технологии в школе в работе воспитателя и педагога на уроках. Ведущая: Кулешова Элеонора Владимировна Кандидат педагогических наук, доцент, преподаватель МПГУ <https://www.youtube.com/watch?v=Vwj_bA5Jm0I>Вебинар для педагогов «Здоровьесберегающая технология в образовательном учреждении» от сайте Мега талант[**https://www.uchmet.ru/events/item/1092891/?utm\_source=www.youtube.com&utm\_medium=referral&utm\_campaign=event\_video\_preview**](https://www.uchmet.ru/events/item/1092891/?utm_source=www.youtube.com&utm_medium=referral&utm_campaign=event_video_preview)Реализация здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе ДОО, Уч Мет3) Мастер классы[**https://www.youtube.com/watch?v=QacdRnrIetM**](https://www.youtube.com/watch?v=QacdRnrIetM)Кроссфит инновационная здоровьесберегающая технология в детском саду[**https://www.youtube.com/watch?v=pj9mFF0LRvU**](https://www.youtube.com/watch?v=pj9mFF0LRvU)[**https://www.youtube.com/watch?v=caka-eJZGzc**](https://www.youtube.com/watch?v=caka-eJZGzc)<https://www.youtube.com/watch?v=0WUI8uYSB14> дыхательная гимнастика <https://www.youtube.com/watch?v=HnvrSmSRFxk> дыхательная гимнастика Стрельникова <https://www.youtube.com/watch?v=VmnQhT6yfbM> утренняя гимнастика на фитболе <https://www.youtube.com/watch?v=oe2ad6Va9BY> стрейчинг и растяжка 4)Консультация «Су Джок терапия для дошкольников»5)Консультация для воспитателей Дыхательная гимнастика по методике Б.С. Толкачева6) «Современные здоровьесберегающие технологии в детском саду в соответствии с ФГОС»7) Консультация «Утренняя гимнастика в детском саду»8) Мастер - класс для педагогов: «Использование здоровьесберегающих технологий в ДОУ»9)Выступление на педсовете «Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании»10) Отчет по теме самообразования |

Приложение 1

**Игра**

<https://www.karusel-tv.ru/games/vitaminka> (онлайн игра «Полезная и вредная еда»)

**мультики про ЗОЖ**

Азбука здоровья. Все серии подряд - Смешарики 2D

<https://yandex.ru/video/preview/10059171566066649409>

Все серии мультфильма про ЗДОРОВЬЕ, ГИГИЕНУ, ЗАРЯДКУ, ЗОЖ и СПОРТ

<https://www.youtube.com/watch?v=S3LbpeFWZ1g>

Не болеть! [https://www.youtube.com/watch?v=0k4HILCH4hw](https://www.google.com/url?q=https://vk.com/away.php?utf%3D1%26to%3Dhttps%253A%252F%252Fwww.youtube.com%252Fwatch%253Fv%253D0k4HILCH4hw&sa=D&source=editors&ust=1645641204136474&usg=AOvVaw3EngK--YHyM6F1xJOvyc5X)
 Малышарики. Гигиена [https://www.youtube.com/watch?v=5luYhTFPw24](https://www.google.com/url?q=https://vk.com/away.php?utf%3D1%26to%3Dhttps%253A%252F%252Fwww.youtube.com%252Fwatch%253Fv%253D5luYhTFPw24&sa=D&source=editors&ust=1645641204137002&usg=AOvVaw3zY44WtmBXx-zeOozvpZS1)
Про бегемота, который боялся прививок [https://www.youtube.com/watch?v=Y\_-36zYEsX4](https://www.google.com/url?q=https://www.youtube.com/watch?v%3DY_-36zYEsX4&sa=D&source=editors&ust=1645641204137326&usg=AOvVaw1PcZ2BqUgOTEsVjvZdXnoN)
 Смешарики. Режим дня. [https://www.youtube.com/watch?v=ofkbNrPN2zs](https://www.google.com/url?q=https://vk.com/away.php?utf%3D1%26to%3Dhttps%253A%252F%252Fwww.youtube.com%252Fwatch%253Fv%253DofkbNrPN2zs&sa=D&source=editors&ust=1645641204137642&usg=AOvVaw0soCMYEXHeX-XmKHE2C31r)
 Королева Зубная щетка [https://www.youtube.com/watch?v=nT-Z5lmhBo4](https://www.google.com/url?q=https://vk.com/away.php?utf%3D1%26to%3Dhttps%253A%252F%252Fwww.youtube.com%252Fwatch%253Fv%253DnT-Z5lmhBo4&sa=D&source=editors&ust=1645641204137942&usg=AOvVaw2I7e_x-1IZ19I9xMpqM9A3)
 Митя и микробус [https://www.youtube.com/watch?v=LcIvioFpMsA](https://www.google.com/url?q=https://vk.com/away.php?utf%3D1%26to%3Dhttps%253A%252F%252Fwww.youtube.com%252Fwatch%253Fv%253DLcIvioFpMsA&sa=D&source=editors&ust=1645641204138324&usg=AOvVaw2GfBvZqgXO7z3S-KXLWUCG)
 Неумойка [https://www.youtube.com/watch?v=8calUSc5g98](https://www.google.com/url?q=https://vk.com/away.php?utf%3D1%26to%3Dhttps%253A%252F%252Fwww.youtube.com%252Fwatch%253Fv%253D8calUSc5g98&sa=D&source=editors&ust=1645641204138639&usg=AOvVaw1DuPFX2B7BHp6aFM4AJTJu)
Федорино горе [https://www.youtube.com/watch?v=GHppFnmDMtk](https://www.google.com/url?q=https://www.youtube.com/watch?v%3DGHppFnmDMtk&sa=D&source=editors&ust=1645641204138918&usg=AOvVaw3oHTWtQjPsvobLtQfX1Cly)
 Сборник мультиков про здоровье [https://www.youtube.com/watch?v=1J8zKhjLIk4](https://www.google.com/url?q=https://vk.com/away.php?utf%3D1%26to%3Dhttps%253A%252F%252Fwww.youtube.com%252Fwatch%253Fv%253D1J8zKhjLIk4&sa=D&source=editors&ust=1645641204139641&usg=AOvVaw0Id-hlMxW7vPNNiJDRYoRF)
 Фиксики-Витамины [https://www.youtube.com/watch?v=6LHgo4ziw4c](https://www.google.com/url?q=https://www.youtube.com/watch?v%3D6LHgo4ziw4c&sa=D&source=editors&ust=1645641204140022&usg=AOvVaw2VE1Y624QrcNNCmaGkRaHG)

 Фиксики-Микробы [https://www.youtube.com/watch?v=-EpH6MzMHsc](https://www.google.com/url?q=https://www.youtube.com/watch?v%3D-EpH6MzMHsc&sa=D&source=editors&ust=1645641204140403&usg=AOvVaw2PuInZPvE4U6HLObZWQLPo)

Барбоскины. В здоровом теле-здоровый дух  [https://www.youtube.com/watch?v=ngR8ncMYzKM](https://www.google.com/url?q=https://vk.com/away.php?utf%3D1%26to%3Dhttps%253A%252F%252Fwww.youtube.com%252Fwatch%253Fv%253DngR8ncMYzKM&sa=D&source=editors&ust=1645641204140811&usg=AOvVaw227Lz4tel-jrnsWMrTeKEG)
 О здоровом питании [https://www.youtube.com/watch?v=D87EzprlFwE](https://www.google.com/url?q=https://vk.com/away.php?utf%3D1%26to%3Dhttps%253A%252F%252Fwww.youtube.com%252Fwatch%253Fv%253DD87EzprlFwE&sa=D&source=editors&ust=1645641204141287&usg=AOvVaw1wKq_v9RVt3qsCUGPp69Sv)
Уроки осторожности Тетушки Совы [https://www.youtube.com/watch?v=TRHzzjqvF4M](https://www.google.com/url?q=https://vk.com/away.php?utf%3D1%26to%3Dhttps%253A%252F%252Fwww.youtube.com%252Fwatch%253Fv%253DTRHzzjqvF4M&sa=D&source=editors&ust=1645641204141642&usg=AOvVaw36NNwA6i1dhSuwBg0k9I5W)

**физминутки**

<https://www.youtube.com/watch?v=F9peR4aw3ws> веселая мышка

<https://www.youtube.com/watch?v=WHsuZgtaEPs> капитан краб

<https://www.youtube.com/watch?v=ZnZSAx0lFHg> самолет

<https://www.youtube.com/watch?v=kw6vuUrpmpY> новогодняя

<https://www.youtube.com/watch?v=39HrMCS2XTE&list=PLpSaFM0mslZ3yyOw-KvqOn9kJ7mGCieDW> мульт зарядка

<https://www.youtube.com/watch?v=Pbn8YhwWmK8>

<https://www.youtube.com/watch?v=c3fxUviMHi0> друзья

<https://www.youtube.com/watch?v=rAWTm8dZir0>

<https://www.youtube.com/watch?v=w9YYOVeTZfU> фикси пелки

<https://www.youtube.com/watch?v=1yqEAZq6LNs> солнечные зайчики

<https://www.youtube.com/watch?v=hroHApWK578> танец маленьких утят

<https://www.youtube.com/watch?v=1mhRNdzuTBc> на англ языке

<https://www.youtube.com/watch?v=8ST_S_6t11o> малышарики

**пальчиковые гимнастики**

<https://www.youtube.com/watch?v=nc68I8JGM58>

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

<https://www.youtube.com/watch?v=Oe15AAOjtvQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=OjA8q_stmwE>

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

<https://www.youtube.com/watch?v=CwbFNM6rQW0>

<https://www.youtube.com/watch?v=7zwFvtfsEog>

<https://www.youtube.com/watch?v=N1nFCRZ_M_A>

<https://www.youtube.com/watch?v=gpG3dv7JTyE>

<https://www.youtube.com/watch?v=ev9IGPT3gWM>

**дыхательная гимнастика**

<https://www.youtube.com/watch?v=c5T2n0sT1SA>

<https://www.youtube.com/watch?v=vP4v_IJnaZ8>

**Утренняя гимнастика**

**6- 7 лет**

<https://www.youtube.com/watch?v=Yu3D8Y_WrH8>

<https://www.youtube.com/watch?v=NBKWHpk8jfs>

**5-7 лет**

<https://www.youtube.com/watch?v=4_olhExI6Gs>

<https://www.youtube.com/watch?v=1ohpv2RYEGs>

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

**4-5 лет**

<https://www.youtube.com/watch?v=vepoHM35dvo>

**2-4 г**

<https://www.youtube.com/watch?v=utirL8uv4Ss>

**От 3- 7 лет зарядки от прыг-скок команды**

<https://www.youtube.com/watch?v=nMbT52bfhrg&list=PLHlqkKepJRljW3lnn505dhnW0FuQEi9t_>

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

"Детский сад № 6" г. Артем

**Материалы**

**по самообразованию**

Чернышовой Олены Викторовны,

Воспитателя

Тема: **«Использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания детей старшего дошкольного возраста»**



г. Артем,

2022 год