

КАРТКА ДНЯ

на 30 вересня для дітей молодшої групи
місячник Цивільного захисту
за тематичним тижнем «Правила здорового способу життя».
Тема дня «Чистота – запорука здоров'я»

№ з/п	Види діяльності	Рекомендований зміст освітньої діяльності	Примітки та посилання на інтернет-джерела
1	Підйом та ранкова гігієна	Формуйте здорові навички змалечку. Поясніть дитині чому важливо чистити зуби вранці та вмиватися і як це правильно робити.	
2	Добрий ранок, дзеркало	Підійдіть з дитиною до дзеркала і запитайте: Що ти бачиш? Який у тебе настрій? Чи добре ти почуваєшся? Якщо дитина почувається погано, запитайте: «Що сталося?» та допоможіть вирішити проблему.	
3	Подивись у вікно	Навчіть дитину самостійно аналізувати довкілля. Погляньте з нею у вікно і запитайте: Яка пора року? Який сьогодні день? Яка там погода? Як сьогодні одягнутись?	
4	Ранкова гімнастика	Руханка-зарядка "Раз, два, три".	https://www.youtube.com/watch?v=BPc8GuNw6BI
5	Підготовка до заняття	Пропонуємо до відеозаняття одягнути зручний одяг.	
6	Заняття	Пропонуємо взяти участь у відеозанятті з фізкультури «Ведмежата» проводити буде інструктор з фізкультури Семенюк Олена Миколаївна.	https://youtu.be/NYk - JzHeSU https://dnz37.edu.vn.ua/5_2_mol_group.html
7	Вправи для очей	Пропонуємо вправи для очей «Бджілочка».	https://www.youtube.com/watch?v=iXK1tGfooE
8	Зроби	Намалюйте разом з дітьми предмети гігієни, які дозволяють доглядати за нашим тілом.	
9	Пограй (дидактичні та розвиваючі ігри)	Пропонуємо пограти інтерактивну гру «Де живуть мікроби», яку створила в онлайн-платформі LearningApps вихователь Михальнюк О.В.	https://learningapps.org/watch?v=puqy9p4xn22
10	Побудуй	Запропонуйте дитині побудувати квітку здоров'я з підручних матеріалів, при викладанні квітки називати, як потрібно берегти здоров'я.	
11	Прогулянка (спостереження, досліди, фізичні вправи, рухливі ігри)	Запропонуйте дитині під час прогулянки поспостерігати за погодою. Чи світить сонечко? Чи іде дощик? Чи змінився наш одяг? Дозвольте дітям пострибати через калюжки. Пограйте з дитиною у гру «Кішка та мишка». Дитина – «мишка» – сидить у «норі», потім виходить погуляти. В одному з кутів майданчика сидить «кішка» – дорослий. «Кішка» прокидається, нявкає, починає ловити «мишку», яка біжить у «нірку» і займає своє місце. Коли «мишка» повернулася до «нірки», гра починається спочатку.	
12	Після денного відпочинку	Пропонуємо виконати корекційну гімнастику для профілактики порушень формування стопи.	https://www.youtube.com/watch?v=XY7nsLOLXNU
13	Формуємо трудові навички	Спонукайте дітей до прибирання іграшок після ігор.	
14	Пограй (сюжетні ігри)	Пограйте з дітьми в сюжетну гру «Сім'я». Приготуйте з дітьми вечерю для ляльок.	
15	Рефлексія	Запитайте у дитини: Як пройшов день? Про що сьогодні говорили? Що тобі сподобалось найбільше? Що потрібно робити щоб не хворіти?	
16	Підготовка до сну	Прочитати казочку «Зубастик».	Додаток 1
17	Робота з батьками	Консультація для батьків «Особиста гігієна дошкільника»	http://dnz37.edu.vn.ua/uploads/tiger-1664462388.pdf https://dnz37.edu.vn.ua/2_radut_vuxovatel.html

ЗУБАСТИК»

В одній чарівній країні жили-були зубки. Так-так, звичайнісінькі зубки. Серед них був один



маленький зубчик на ім'я Зубастик. Зубастик дуже любив хрумкати горішки, гризти яблечка і цукерочки. У цій чарівній країні у всіх зубів були свої будиночки, де вони їли, спали і чистилися. Наш зубчик дуже любив поспати і поїсти, а ось чиститися щіткою йому зовсім не подобалося чомусь ... ліниво йому було.

«Задоволення від цієї справи ніякого, користі теж не бачу, —

розмірковував так Зубастик, — тільки час даремно витрачаю, краще б пожувати в цей час цукерку...»

І одного разу вирішив зубчик зовсім перестати чиститися.

Цілими днями безперервно Зубастик хрумкав горішки і їв різну смакоту. Весело йому жилося і не доводилося двічі на день витрачати час на чистку.

Одного разу Зубастик пішов у гості на день народження до друга. Коли він прийшов додому до нього, то чомусь ніхто не хотів з ним розмовляти і гратися.

«Що це з ними? Раніше ж їм подобалося зі мною гратися», — засмутився Зубастик.

Там був величезний смачний торт з шоколадом і горіхами. Зубастика теж дістався шматочок торта, але на загальний подив, як тільки Зубастик спробував торт, то відразу закричав, наче від болю, заплакав і втік.

«Що це з Зубастиком? Раніше ж йому подобалося їсти солодощі», — здивувалися всі.

А у Зубастика так розболілося все-все від цього шоколадно-горіхового торта. Ой, як було боляче, навіть плакати і ворухитися було жахливо боляче.

«Напевно, я вмираю», -вирішив Зубастик і побіг швидше в лікарню.

У лікарні його зустрів добрий лікар Чистозуб, оглянув він Зубастика, похитав головою і сказав: «Так, це дуже важкий випадок, я нічим не можу тут допомогти».

«Невже це все? Невже я більше ніколи не зможу хрумкати?!» – злякався зубчик і гірко-гірко заплакав.

Лікар Чистозуб спокійно відповів: «Будеш ти хрумкати ще чи ні, залежить тільки від тебе. Кожен сам повинен стежити за своїм здоров'ям. Ти, дорогий Зубастик, коли востаннє чистився, наприклад?»

Зубастик задумався ... і не зміг пригадати, коли це було востаннє: «Давним-давно, напевно».

«Ммммм, і ти ще дивуєшся, що тобі так боляче їсти? – Здивувався лікар, – ти що не знаєш для чого зуби чистяться?»

«Ні...» – невпевнено простогнав Зубастик.

«Зуби чистяться для того, щоб на них не накопичувалися бруд і залишки їжі. Адже все це залишається на зубках, і якщо не чистити зубки спеціальною щіткою, то весь цей бруд починає руйнувати зубки, саме тому у тебе все так болить, Зубастик, – відповів доктор Чистозуб. – Вирішуй сам: якщо ти хочеш одужати, то чисться вранці і ввечері, і не шкодуй на цей час!»

Зубастик кивнув і бігом побіг додому, знайшов там свою зубну щітку і довго-довго відтирав з себе весь бруд. Потім зубчик подивився на себе в дзеркало і побачив, що він весь покритий маленькими дірочками, які під брудом було не видно.

«Що ж я з собою зробив...» – гірко зітхнув Зубастик.

З тих пір пройшло багато часу. Зубастик ретельно кожен день чистився вранці та ввечері, він знову став білим і міцним, він знову зміг їсти горішки та солодощі. Тільки от маленькі дірочки так і залишилися, як нагадування про його ледачий вчинок.