


КАРТКА ДНЯ

**на 25 жовтня для дітей I молодшої групи
за тематичним тижнем «Родичі гарбузові»
Тема дня «Ходить гарбуз по городу»**

№ з/п	Види діяльності	Рекомендований зміст освітньої діяльності	Примітки та посилання на інтернет-джерела
1	Підйом та ранкова гігієна	Формуйте здорові навички змалечку. Власним прикладом нагадуйте дитині про необхідність щоденних гігієнічних процедур.	
2	Добрий ранок, дзеркало	Підійдіть з дитиною до дзеркала і запитайте: Який у тебе настрій? Чи добре ти почуваєшся?	
3	Подивись у вікно	Навчіть дитину самостійно аналізувати довкілля. Погляньте з нею і вікно і запитайте: Яка там погода? Як сьогодні одягнутись?	
4	Ранкова гімнастика	Пропонуємо зробити дітям веселу руханку «Кокоси, банани» з інструктором з фізкультури Семенюк О.М.	https://www.youtube.com/watch?v=Cei6rePUAze
5	Підготовка до заняття	Для кращого настрою перед заняттям прослухайте веселу пісеньку «Ходить гарбуз по городу».	https://www.youtube.com/watch?v=QLNRbUsVHAM
6	Заняття	Перейдіть за посиланням та візьміть участь у музичному занятті «Лялька Дарина завітала до малят», яке підготувала музичний керівник Т.В. Мазур	https://youtu.be/ohS_KLkt50M https://dnz37.edu.vn.ua/7_I_mol_group.html
7	Вправи для очей	Після відеозаняття рекомендуємо гімнастику для очей «Гра зірок».	https://www.youtube.com/watch?v=QEZ5k_7dPI0
8	Зроби	У вільний час спробуйте виліпити з дітками з пластиліну або солоного тіста гарбуза.	
9	Пограй (дидактичні та розвиваючі ігри)	Пропонуємо пограти дидактичну гру «Що де росте?».	https://www.youtube.com/watch?v=mSs9Omp8ep8
10	Побудуй	Запропонуйте дитині розмалювати зображення овочів у розмальовці	
11	Прогулянка (спостереження, досліди, фізичні вправи, рухливі ігри)	Виходьте на прогулянку у різну погоду. Запропонуйте дитині під час прогулянки поспостерігати за різнобарвним листям на деревах. <i>Де ростуть листочки? Якого вони кольору? Якого розміру?</i> Запропонуйте дитині порівняти листки за розміром (<i>великий і маленький</i>) Малечі буде цікаво пограти у рухливу гру «Сонечко та дощик».	https://www.youtube.com/watch?v=nATN1XE49H4
12	Після денного відпочинку	Пропонуємо загартування: обтирання тіла дитини вологим рушником (1–2 хвилини) спочатку рук та шиї. Далі – обтирання до пояса, потім ноги. Температура води поступово знижується кожних три дні від 32 градусів до 20 градусів С.	
13	Формуємо трудові навички	Залучіть дитину до праці з рослинами – з допомогою дорослих полити вазони де суха земля.	
14	Рефлексія	Запитайте у дитини: Як пройшов день? Про що сьогодні говорили? Що тобі сподобалось найбільше?	
15	Підготовка до сну	Перед сном пропонуємо послухати дітям колискову «Тиша, вечір на дворі».	https://www.youtube.com/watch?v=PZ4wid-B0-0
16	Батьківська сторінка	Для Вас, батьки, ми підготували поради «Як привчити малечу їсти овочі».	

Як привчити малечу їсти овочі (поради для батьків)



Що робити, якщо крихітка відмовляється їсти овочі? А кожна спроба «підсунути» та нагодувати її нелюбленими стравами закінчується істерикою... Хочемо заспокоїти, що ви не перші матусі, які зіткнулися з упертим «не хочу — не буду»

стосовно овочів. Тому потрібно ввімкнути маму-шпигунку та запастися кількома перевіреними хитрощами, що врешті-решт допоможуть нагодувати дитину сезонними вітамінами.

№ 1: Власний приклад

Якщо батьки самі не часто їдять овочі, то від дитини цього годі й чекати. Коли мама з татом із задоволенням обідають свіженьким салатом, то у малюка поступово сформується така культура харчування.

№ 2: Пропонуйте сирі овочі

Якщо дитина випльовує морквину з супу, то це не означає, що вона її не любить. Запропонуйте їй молоду солодку моркву, нарізану смужками, як картопля фрі. Або бебі-керот, маленьку моркву, яка виглядає немов цукерки. Такими ласощами малюк із задоволенням посмакує.

№ 3: Кличте моряка Папайя

Колись завдяки цьому мультику всі діти почали вживати шпинат. Можливо, і на вашу дитину він справить враження? Також можна переглянути мультики про «Цибуліно», де головними героями є кумедні овочі.

№ 4: Вмикайте повара-дизайнера

Красиво оформивши страву, можна заохотити дитину їсти овочі. Пташки, квіточки, звірятка... Викладайте все, що заманеться. Адже маленькому «чомучці» буде вкрай цікаво дізнатися, з чого зроблені вушка в зайчика.

№ 5: Ховайте овочі

Більшість овочів не мають вираженого смаку, тож їх легко «заховати» в інші страви. З моркви можна приготувати смачні цукерки й тістечка, а кабачок чудово поєднується з м'ясом. Рецептів у інтернеті безліч! Тож експериментуйте!

№ 6: Дочекайтеся голоду

Сховайте шкідливі перекуси або припиніть їх купувати зовсім. Коли дитина зголодніє, запропонуйте солодку свіжу морквину, можливо, цього разу вона сподобається.

№ 7: Ходіть разом у магазин

Запропонуйте дитині обрати овочі та скласти їх у візок. Питайте, які саме вона хоче з'їсти на обід чи вечерю. Коли повернетесь додому, приготуйте їх разом. Так дитина звикатиме до здорової їжі та овочів.

№ 8: Не нагороджуйте їжею

Не робіть із їжі культ, не використовуйте її як засіб покарання чи нагороди. Їжа — це просто їжа, складова, завдяки якій ми підтримуємо роботу та розвиток організму. Пояснійте дитині, як допомагають його організму овочі, на що вони впливають. Коли вона стане старшою, то почне свідомо обирати продукти харчування.

№ 9: Готуйте смузі

Смузі — це не просто корисно, але й смачно! До того ж, у ньому знову ж таки можна «приховати» овочі. Поєднуйте їх з фруктами та йогуртами, насолоджуйтесь усією родиною. Рецепти шукайте в інтернеті.

За матеріалом <https://www.4mamas-club.com/porady/yak-privchiti-ditinu-isti-ovochi-9-korisnix-lajfxakiv/>