

КАРТКА ДНЯ

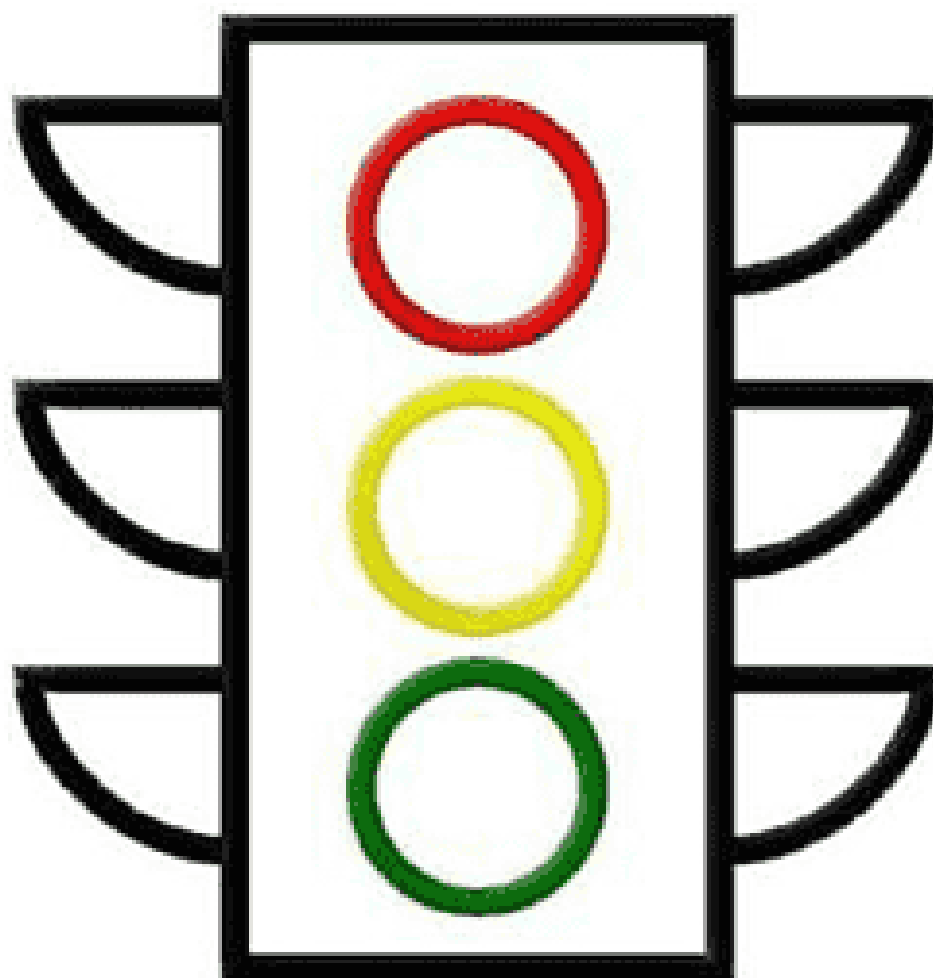
на 15 листопада для дітей I молодшої групи

Тиждень знань БЖ

Тема дня «Я маленький пішохід»

Вихователь Рижко Н.М.

№ з/п	Види діяльності	Рекомендований зміст освітньої діяльності	Примітки та посилання на інтернет-джерела
1	Підйом та ранкова гігієна	Формуйте здорові навички змалечку. Ід час миття рук звертайте увагу дитини на те, що коли не стежити за чистотою свого тіла. То можна захворіти (від брудних рук болить животики).	
2	Добрий ранок, дзеркало	Підійдіть з дитиною до дзеркала і запитайте: Що ти бачиш? Який у тебе настрій? Що сталося?	
3	Подивись у вікно	Навчіть дитину самостійно аналізувати довкілля. Погляньте з нею у вікно і запитайте: Яка пора року? Який сьогодні день? Яка погода? Як сьогодні одягнутись?	
4	Ранкова гімнастика	Пропонуємо зробити дітям веселу руханку «Вітамінка» з інструктором з фізкультури Семенюк О. М.	https://www.youtube.com/watch?v=45_dDENGeyI
5	Підготовка до заняття	Запропонуйте дитині прослухати музичний твір «Осінні листочки».	https://www.youtube.com/watch?v=DCtpoVztgk0
6	Заняття	Перейдіть за посиланням, та перегляньте відеозаняття «Восени», яке підготувала музичний керівник Т.В. Мазур.	https://youtu.be/fREj51aycY0 https://dnz37.edu.vn.ua/9_I_mol_group.html
7	Вправи для очей	Після відеозаняття рекомендуємо гімнастику для очей.	https://www.youtube.com/watch?v=QEZ5k_7dPI0
8	Зроби	У вільний час діткам буде цікаво замалювати кружечки (сигнали світлофора). Вправляйте малечу малювати пензликом поверх ескіза, закріплюйте знання про кольори.	Додаток 1
9	Пограй (дидактичні та розвиваючі ігри)	Пограйте з дитиною дидактичну гру «Що погано, а що добре?». Виховуйте дбайливе ставлення до власного здоров'я.	Додаток 3
10	Побудуй	Запропонуйте дитині побудувати з конструктора LEGO автомобіль. Спонукайте малюка будувати споруду за власним задумом.	
11	Прогулянка (спостереження, досліди, фізичні вправи, рухливі ігри)	Перебуваючи на прогулянці, поспостерігайте за транспортом. Який проїжджає на перехресті. Запитайте дитину: Що допомагає машинам дотримуватись правил дорожнього руху? Який транспорт їде по дорозі? Як потрібно переходити дорогу? Доцільно на свіжому повітрі виконати вправу «Дістань сонечко». Скажіть малюкові, що сьогодні сонце світить прямо в нього над головою (можете тримати в руках жовту повітряну кулю). Попросіть його дістати сонечко. Він витягуватиме ручки вгору і підніматиметься на носочки.	
12	Після денного відпочинку	Рекомендуємо зробити з дітьми гімнастику. Для насичення крові киснем, живлення клітин та тканин організму, удосконалення функцій дихання та кровообігу.	Додаток 2
13	Формуємо трудові навички	Запропонуйте малечі допомогти полагодити поламані іграшки. Залучайте малечу до посильних трудових дій: подати, потримати, покласти. Виховуйте бережне ставлення до іграшок.	
14	Пограй (сюжетні ігри)	Сприяйте розвитку гри водії та обіграйте сюжет «Ми пасажери та водії». Сприяйте використанню дитиною будівельного матеріалу для розвитку гри, використовуючи його як предмети заміники: куби-сидіння у автобусі, куби, на які покладена пластина,-лавка на зупинці. Закріпіть правила поведіння на дорозі.	
15	Рефлексія	Запитайте у дитини: Як пройшов день? Про що сьогодні говорили? Яка гра сподобалася найбільше?	
16	Підготовка до сну	Перед сном пропонуємо послухати колискову «Ходять сні біля хати».	https://www.youtube.com/watch?v=i92YKjoJgyM



ХОДИМО ПО ДОРІЖЦІ

Користь : робота ніг, покращення координації рухів.

Предмети: стрічки, мотузки або інші предмети для імітації межі доріжки, килимки з ребристою поверхнею.

Не можна недооцінювати користь звичайної ходьби. Запропонуйте малюкові пройти невеликою доріжкою шириною близько 15 см. Така вправа не тільки впливає на м'язи ніг, але й допомагає тренувати правильну ходьбу та хорошу координацію рухів. Для профілактики плоскостопості допомагає ходьба по ребристій та рельєфній поверхні. Для цих цілей у продажу можна знайти спеціальні килимки чи дошки.

ПІДНІМИ ІГРАШКУ

Користь: робота м'язів спини.

Предмети: будь-які маленькі іграшки, кубики.

Діти часто грають сидячи на підлозі, що залучає м'язи плечового пояса, але не м'язи спини. Дуже важливо під час гімнастики для дітей, приділити увагу зміцненню м'язів цієї області тіла та ніг. Найлегше це зробити за допомогою нахилів. Дитину потрібно притиснути до себе та акуратно своєю рукою зафіксувати його коліна. Попросіть малюка нахилитися та дотягнутися до іграшки, яка лежить на підлозі.

«ЩО ПОГАНО, А ЩО ДОБРЕ?»

Розвивайте вміння дітей визначати, що погано, а що добре для здоров'я;виховуйте бажання берегти своє здоров'я.

Хід гри

Дорослий показує дітям картки, а діти повинні визначити, чи це добре, чи погано для їхнього здоров'я та здоров'я дітей.

