

КАРТКА ДНЯ

на 18 листопада для дітей II молодшої групи
за тематичним тижнем «Тиждень знань безпеки життєдіяльності»

Тема дня «Здоровий спосіб життя»

Вихователь Власюк В.О.

№ 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 мити руки та 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 погода за вікном? Яка пора року? Який сьогодні день? Чи стало прохолодніше на вулиці?	
4	Ранкова гімнастика	Для зняття м'язового і розумового напруження та для відновлення сили пропонуємо виконати руханку «Вітамінка».	https://www.youtube.com/watch?v=45_dDENGeYI
5	Підготовка до заняття	Підготуйте, будь ласка, до сьогоднішнього відеозаняття мотузку та м'яч.	
6	Заняття	Пропонуємо переглянути ігрове відеозаняття інструктора з фізкультури Семенюк О.М.	https://youtu.be/3eVxT8Z69FE https://dnz37.edu.vn.ua/8_2_mol_group.html
7	Вправи для очей	Після перегляду відеозаняття для зняття напруги очних м'язів рекомендуємо виконати гімнастику для очей «Гра зірок».	https://www.youtube.com/watch?v=QEZ5k7dPI0
8	Зроби	Запропонуйте дитині з пластиліну чи солоного тіста зліпити пігулки для ляльки.	
9	Пограй (дидактичні та розвиваючі ігри)	Пропонуємо пограти інтерактивну гру «Лікар Пігулкін», яку створила в веб-додатку jigsawplanet вихователь Власюк В.О.	https://www.jigsawplanet.com/?rc=play&pid=30304fa08f2f
10	Побудуй	Запропонуйте дитині побудувати з будівельного конструктора або з деталей конструктора будівлю лікарні.	
11	Прогулянка (спостереження, досліди, фізичні вправи, рухливі ігри)	Запропонуйте дитині під час прогулянки спостереження за дощем. Порівняйте мокру і суху землю. Мокра – м'яка, суха – тверда. Зауважте, що воду з калюжі людям пити не можна. Після дощу з'ясуйте температуру води в калюжі (холодна чи тепла), наберіть в посудину і дайте дитині доторкнутися руками. Запустіть в калюжу човник. Пограйте з дитиною під музичний супровід в рухливу гру «Сонечко і дощик» - біг, стрибки з підскоком.	https://www.youtube.com/watch?v=nATN1XE49H4
12	Після денного відпочинку	Після денного відпочинку запропонуйте дитині під спокійну музику виконати гімнастику пробудження «Веселий листочок».	Додаток 1
13	Формуємо трудові навички	Заохочуйте дитину до складання своїх речей та іграшок.	
14	Пограй (сюжетні ігри)	Створіть дитині умови для сюжетно-рольової гри «Сім'я» та обіграйте сюжет «Захворіла дитина». Як ми можемо допомогти? Як можна викликати лікаря? Запропонуйте дитині самостійно набрати номер телефону швидкої допомоги, розгорніть з нею рольовий діалог.	
15	Рефлексія	Запитайте у дитини: Як пройшов день? Про що сьогодні говорили? Яка гра сподобалася найбільше? Що було складно виконувати?	
16	Підготовка до сну	Перед сном разом з дитиною прослухайте медитативну аудіоказку.	https://www.youtube.com/watch?v=V1EfbQCVC-o
17	Батьківська школа	Для Вас, батьки, ми підготували консультацію «Як поводитись при обстрілах та бомбардуванні». Навички дитини, які потрібно перевірити: <ul style="list-style-type: none"> - знає прості правила дорожнього руху (перехід через дорогу); - розрізняє кольори світлофора (червоний, жовтий, зелений) та знає, як потрібно діяти; - знає номер телефону для виклику пожежних. - знає про небезпечні предмети довкілля, дотримується правил поведінки з ними; - знає про те, як потрібно поводитись, щоб не захворіти. 	http://dnz37.edu.vn.ua/uploads/tiger-1668645412.pdf https://dnz37.edu.vn.ua/2_radut_vuxovatel.html

«Веселий листочок»

Жив собі на дереві листочок. Улітку він був дуже веселий. Одного ранку, коли настала осінь, листочок упав з дерева і опинився на землі. Під час свого «польоту» від несподіваного падіння він заплющив очі. Коли приземлився, то вирішив розплющити очі.

1. В.п. – лежачи на спині розплющувати і заплющувати очі. Повторити 5-6 разів.

Тоді листочок потягнувся, тому що в нього заболіла спина.

2. В.п. – лежачи на спині потягнутися. Повторити 3-4 рази.

Тепер листочок зовсім прокинувся і вирішив поглянути, куди це він «приземлився».

3. В.п. – лежачи на животі руки вздовж тулуба. Прогинання тулуба. Повторити 5-6 разів.

І раптом листочку захотілося стати пташечкою.

4. В.п. – лежачи на животі руки вздовж тулуба. Прогинання тулуба із синхронним підведенням ноги вгору і розведенням рук урізнобіч (почергово ліва і права нога). Повторити 3-4 рази.

А потім листочок уявив себе метеликом, що пурхає з квітки на квітку.

5. В.п. — лежачи на спині руки схрещені на грудях. Розведення рук у сторони. Повторити 5-6 разів.

Листочок закінчив мріяти і понюхав, як чудово пахли яскраві квіти осені. Вправи на встановлення дихання.

6. В.п. — сидячи на ліжках, руки на колінах. 5-6 глибоких вдихів та видихів.