

ПЕРСПЕКТИВНИЙ ПЛАН лютий 2024

Робота з батьками

Бесіди : «Як уберегтися дітям від мін та вибухівки під час війни?»
«Мама спокійна – спокійне дитя»
«Небезпека в зимовий час»
«Здоров`я дитини у ваших руках»
«Ігри в житті дитини»
Консультації: «Навички здорового способу життя»
«Мовленнєва компетентність дитини старшого дошкільного віку»
«Читати дітям казки просто необхідно»
«Інтелектуальний розвиток дітей дошкільників»
«Як розважити дітей під час воєнного стану в Україні»

Рухливі ігри :

Дидактичні ігри :

1. (нова) «Хто вийшов?»	1. (нова) «Дні тижня»
2. (нова) «Бережи предмет»	2. (нова) «Добери з формою»
3. «Хто краще стрибне?»	3. «Святкові слова зимові»
4. «Заєць без хатки»	4. «Телеграф»
5. «Знайди собі пару»	5. «Україна яка?»
6. «Лисиця у курнику»	6. «Порахуй і покажи цифру»
7. «Чия команда спритніша?»	7. «Хто краще чує»
8. «Дівчата чи хлоп`ята?»	8. «Пори року»
9. «Примерзайка»	9. «Розкажи казку»

Самостійна ігрова діяльність

(сюжетно - рольові, настільно – друковані ,конструктивно – будівельні ігри)

«Супермаркет»	«Предмети-форми»	«Зоопарк»
«Автосалон»	«Пазли-пари»	«Місто»
«Аптека»	«Склади сюжет казки»	«Гараж»
«Дитячий садок»	«Математичне лото»	«Зооферма»
«День народження»	«Професії»	«Парк»
«Сім`я»	«Магнітні фігури»	«Цеглинки»
«Кофейня»	«Що зайве?»	«Парковка»
«Салон краси»	«Настільні картки»	«Потяг»

Трудова діяльність дітей

Самообслуговування	Господарсько - побутова	Праця в природі
Вправління у правильно-му розвішуванні одягу у своїх шафах.	Вчимося застилати ліжка після денного сну.	Запропонувати дітям під-готувати місце для городу на підвіконні для висадження цибулі.
	Повторити правила догляду за ліжком.	

Комплекс ранкової гімнастики
з 01.02.24 по 09.02.24 (без предметів)

1. Шикування, ходьба по залу в колоні по одному з виконанням вправ (високо піднімаючи коліна, зі стрибками "зайчики"). Зупинитися ("чапля"), підняти одне коліно – руки в сторони, повторити 3 рази). Біг 1хв.
2. В.П. – Стоячи, руки зі стрічками опущені, ноги на ширині ступні. 1- руки в сторони, 2 - руки вгору, 3 - руки вперед, 4 - повернутися у в.п. повторити 5-6 разів.
3. В.П. – Стоячи, ноги на ширині плечей, стрічка у витягнутих руках над головою. 1- нахил вправо, 2 - випрямитися, 3 - нахил вліво, 4 - повернутися у в.п., повторити 5-6 разів.
4. В.П. – Стоячи, ноги на ширині плечей, стрічки в руках, руки опущені 1 – нахил вперед, торкнутися стрічками підлоги, 2 – повернутися у в.п. повторити 5-6 разів.
5. В.П. – Сидячи, ноги витягнуті перед собою, стрічки в руках перед грудьми. 1 – нахилитися, дістати стрічками пальці ніг, 2 – повернутися у в.п. повторити 5 разів.
6. В.П. – Стоячи, ноги разом, стрічки на підлозі. Стрибки на двох ногах навколо стрічок з чергуванням з ходьбою навколо стрічок.
7. Вправи на відновлення дихання.

Комплекс ранкової гімнастики
з 12.02.24 по 29.02.24 (з палицями)

1. Ходьба в колоні по одному звичайна, на носках, п'ятах, на зовнішній стороні стопи. Біг між предметами, з високим підніманням коліна. Ходьба з вправами для дихання. Шикування.
2. В.П. – Стоячи, палиця у правій руці, ноги на ширині плечей, 1 – права рука з палицею вперед, поворот вправо, 2 – в.п. палиця в лівій руці, 3 – ліва рука вперед, поворот, 4 – повернутися у в.п., повторити 6 разів.
3. В.П. – Основна стійка (п'яти разом, носки нарізно), палиця вниз, 1 – підняти палицю вгору, ноги на носки, потягнутися, 2 – опустити палицю вниз, опустити ногу на стопу, повторити 6 разів.
4. В.П. – Основна стійка, палиця у грудях, 1 – палиця вперед, 2-палиця вгору, 3 – палиця вперед, 4 – вихідне положення, повторити 5-6 разів.
5. В.П. – Палиця в руках, ноги вільно розставлені, 1 – присісти, палиця за голову, 2 – повернутися у в.п., повторити 6 разів.
6. Вправи на відновлення дихання.

Комплекс фізичних вправ на свіжому повітрі

1. Ходьба звичайна, крокування на місці.
2. Нахили тулуба вперед, назад, вліво, вправо.
3. Повороти тулуба вліво, вправо із розведенням рук в сторони.
4. Присідання, руки вперед.
5. Колові рухи руками
6. Стрибки на місці на обох ногах.
7. Заспокійлива ходьба, вправи на дихання.

Загартування

1. Дотримування режиму дня.
2. Фізичні вправи на свіжому повітрі.
3. Перебування на свіжому повітрі.
4. Ранкова зарядка.
5. Гігієнічна гімнастика після сну

Гігієнічна гімнастика після сну

з 01.02.24 по 09.02.24

Рибка плаває у річці, Хвостиком махає.
До землі пірнає – Спинку прогинає.
Щоб погратись, посміятись, У водичці поплюскатись.
1. В. п. - лежачі на спині, руки вздовж тулуба. 1-2 – підняти руки через сторони вгору; 3-4 – опускання рук (6 разів).
2. В. п. – лежачі на животі. 1-2 – прогнутися, руки вперед; 3-4 – в. п. (4-6 разів).
3. В. п. – сидячи, руки за головою. 1-4 – нахили тулуба в сторони (6 разів).
4. В. п. – лежачі на спині. 1-4 – згинання ніг у колінах до грудей, обхопити ноги руками (4-6 разів).

Гігієнічна гімнастика після сну

З 12.02.24 по 29.02.24

1.В. п. – лежати на спині – повертатися на лівий, а потім правий бік. (двічі).
В. п. те саме – потягування, піднімаючи руки в гору.(Повторити 4 – 5 разів).
2. В. п. – лежати на животі, ноги зігнути.
1- Поворот ліворуч, дістати лівою рукою до п'ятки лівої ноги.
2- Повернутись у в.п. те саме правою ногою. (Повторити по 4 рази).
3.В. п. – сидячи, руки в упор позаду, ноги зігнуті в колінах і розведені в сторони, енергійні махи ногами.
4.В. п. – сидячи, ноги разом, 1 - нахил уперед, дотягнутися до носків ніг, 2- в. п.
5. Повзання, ходьба. В. п. – стійка на «високих» чотирьох. 1-2 - підняти ліву руку
вгору і повернутися ліворуч, 3-4 - те саме праворуч.
6.Ходьба з рухами рук, вправа на дихання .