

ПЕРСПЕКТИВНИЙ ПЛАН

На вересень 2023

Робота з батьками

Бесіди : Як захистити дитячу психіку під час війни.
Як допомогти дошкільнику під час дистанційного навчання.
Як батькам підтримувати дитину в укритті.
Безпека дітей в інтернеті.
Індивідуальний підхід до дитини.
Консультації: Як говорити з дітьми про війну.
Які книги та як читати дітям дошкільного віку.
Режим дня дитини вдома.
Як організувати комфортне онлайн-навчання для дитини.
Здоров'я дитини-у ваших руках.

Рухливі ігри :

Дидактичні ігри :

1. (нова) Шофери (ходьба, біг, рівнов.)	1. (нова) Хто що робить?
2. (нова) Повтори за мною (відтворювання рухів).	2. (нова) Що росте на городі?
3. Ми, веселі дошкільнята (ходьба, біг)	3. Відгадай що звучить?
4. Не боюсь (стрибки).	4. Де живе літера?
5. Школа м'яча (метання).	5. Якої іграшки не стало?
6. Цілься краще (метання).	6. Який листочок?
7. Переліт птахів (лазіння, підлізання).	7. Покажи стільки же.
8. Не замочи ніг (стрибки).	8. Коли це буває?
9. Слухай уважно (ходьба, біг, рівнов.)	9. Яка Україна? Які козаки?

Самостійна ігрова діяльність

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

Сім'я	Що зайве?	Лего
Будуємо дім	Лото	Будуємо садочок
Лялька обідає	Пазли	Місточок
Парковка	Розрізни картинку	Будиночок
Лікарня	Овочі, фрукти	Потяг
Рятувальна бригада	Супер лото	Будівництво
Космічний екіпж	Настільні картки	Спальна кімната
Салон красимагні	Магнітні геометричні фігури	для ляльок

Трудова діяльність дітей

Самообслуговування	Господарсько - побутова	Праця в природі
Закріплювати уміння	Продовжувати привчати	Учити обережно
самостійно одягатися та	ставити і класти на	викопувати рослини
роздягатися в певній	предмети побуту	разом з грудкою землі.
послідовності.	(стільці	
Удосконалювати набуті	іграшки, книжки).	Формувати навички
раніше навички взування	Залучати до витирання	роботи, уміння
	пили у своєму ігровому	користуватися

та роззування.	куточку.	косподарським
		інвентарем.

Комплекс ранкової гімнастики

4.10.23-15.10.23р (без предметів)

1. В.П. (вихідне положення): О.С. (основна стійка).
1- нахилити голову вправо; 2 - прямо; 3 - вліво; 4 - прямо.
Спочатку виконувати повільно, потім швидко. Повторити 6 разів.
2. В.П. ноги на ширині плечей, руки вгору. 1-3 - пружні нахили вперед—
видих; 4 - В.П.- вдих. Повторити 5-6 разів.
3. В.П. О.С, руки на пояс. 1 - піднятися на носки; 2-3 - постояти,
зберігаючи рівновагу; 4 - В. П. Повторити 5-6 разів.
4. В.П. ноги на ширині плечей, руки вниз. 1-2 - прогинаючись назад, злегка
зігнути коліна, дістати правою рукою гомілки правої ноги; 3 – 4 - В.
П.;
5-8 - те саме до іншої ноги. Повторити 4-5 разів.
5. В.П. О.С. руки вгору. 1 - підняти зігнуту в коліні ногу з одночасним
махом рук назад; 2 - В.П. Зробити вправу 3-4 рази однією ногою, потім
інш.
6. В.П. О. С. 1-праву руку убік; 2 -ліву убік; 3 - праву вниз;
4 - ліву вниз. Повторити 5-6 разів, міняючи темп.
7. В.П. О.С. Стрибки на місці (10 стрибків), чергуючи з ходьбою на місці.
Повторити 3-4 рази
8. Впрвви на відновлення дихання.

Комплекс фізичних вправ на свіжому повітрі

1.Ходьба звичайна (30 сек.), ходьба навшпиньках (25сек.), ходьба на зовнішній
Стороні стопи (25 сек.), біг у середньому темпі (35 сек.).
2.Ходьба по мотузці правим приставним боком та лівим приставним боком 4р.
3. Стрибки в довжину з місця 4р.
4.Кидання м'яча від грудей 4р.
5.Вправа на відновлення дихання.

Загартування

1.Прогулянка на свіжому повітрі за будь-якої погоди;
2.Вмивання прохолодною водою;
3.Провітрювання дитячої кімнати та спальні;
4.Обтирання;
5.Повітряні ванни.

**Гігієнічна гімнастика після сну
4.10.23-15.10.23р.**

Сонячна сопілка
Ясне сонце в небі у горі
Змайструвало з променів сопілку,
В гай її принесло й на зорі
Почепило на зелену гілку.
Це пташтна вгледіла мала
І заграла на сопілці ясно.
Мов струмок ясного срібла
Задзвеніла в гаї пісня солов'їна.
В.п. – лежачи на спині;
1 – підняти руки через сторони вгору,
2-3 – умовно пограти на сопілці, 4 – в.п.
В.п. – сидячи, руки на поясі, повороти тулуба в сторону
з підняттям рук угору в повільному темпі.
В.п. – лежачи на животі, прогинання спини з рухами рук і ніг.
В.п. – лежачи на спині, довільні змахи ногами і руками в різному темпі.

Гігієнічна гімнастика після сну 18.10.23-29.10.23р.

Рушничок
Дощ пройшов з грозою, вмите сонце сяє,
Небо над рікою рушничок квітає.
Рушничок спустився прямо в нашу річку,
Потім простелився, в лузі ніби стрічка.
Впала на калину хмарка сивувата,
Я біжу в долину рушничок шукати.
В.п. – лежачи на спині, очі затулені долонями.
1 – руки в сторони.
2-3 – потрусити кистями рук. 4 – в.п.
В.п. – те ж саме.
1-2 – вигнути спину. 3-4 – опуститися на ліжку. В.п. – теж.
1-2 – підняти руки до голови. 3-4 – в.п.
В.п. – перекочування зі спини на живіт.
В.п. – сидячи.
1-3 – обхопити ноги руками. 4 – в.п.
В.п. – лежачи на спині, вправа «велосипед»