

ОРІЄНТОВНИЙ РОЗПОДІЛ ЗАНЯТЬ НА ТИЖДЕНЬ

Дні тижня	Вид діяльності
Понеділок	<ol style="list-style-type: none"> 1. Здоров'я та фізичний розвиток. 2. Ознайомлення з природним довкіллям. 3. Художньо-продуктивна діяльність (малювання)
Вівторок	<ol style="list-style-type: none"> 1. Художньо-продуктивна діяльність (музична). 2. Ознайомлення із соціумом. 3. Розвиток мовлення і культура мовленнєвого спілкування (зв'язне мовлення)
Середа	<ol style="list-style-type: none"> 1. Здоров'я та фізичний розвиток. 2. Логіко-математичний розвиток. 3. Художньо-продуктивна діяльність (ліплення/аплікація)
Четвер	<ol style="list-style-type: none"> 1. Художньо-продуктивна діяльність (музична). 2. Розвиток мовлення і культура мовленнєвого спілкування (навчання елементів грамоти). 3. Логіко-математичний розвиток (конструювання)
П'ятниця	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознайомлення із соціумом. 2. Розвиток мовлення і культура мовленнєвого спілкування (художня література). 3. Художньо-продуктивна діяльність (художня праця)

БЕРЕЗЕНЬ

ПЕРСПЕКТИВНИЙ

Дні тижня	Теми	І тиждень Тема тижня «Мама лагідна моя»
	Вид діяльності	
Понеділок	Здоров'я та фізичний розвиток	Тема: «Веселий атракціон»
	Ознайомлення з природним довкіллям	Тема: «Перша квіточка весняна»
	Художньо-продуктивна діяльність (малювання)	Тема: «Портрет моєї матері» (предметне малювання за уявою)
Вівторок	Художньо-продуктивна діяльність (музична)	За планом музичного керівника
	Ознайомлення із соціумом	Тема: «Роздуми про маму»
	Розвиток мовлення і культура мовленнєвого спілкування (зв'язне мовлення)	Тема: «Моя мама найдорожча, наймиліша в світі» (складання розповіді за планом вихователя)
Середа	Здоров'я та фізичний розвиток	Тема: «Аеробіка для мам»
	Логіко-математичний розвиток	Тема: «Розв'язування задач. Величина предметів»
	Художньо-продуктивна діяльність (ліплення/аплікація)	Тема: «Ваза для квітів» (декоративне ліплення)
Четвер	Художньо-продуктивна діяльність (музична)	За планом музичного керівника
	Розвиток мовлення і культура мовленнєвого спілкування (навчання елементів грамоти)	Тема: «Звук [e], буква Ее»
	Логіко-математичний розвиток (на основі конструювання)	Тема: «Квітка» (оригамі)
П'ятниця	Ознайомлення із соціумом	Тема: «Найдорожча в світі»
	Розвиток мовлення і культура мовленнєвого спілкування (художня література)	Тема: «Вивчення вірша Н. Забіли «Мамине свято»»
	Художньо-продуктивна діяльність (художня праця)	Тема: «Рамочка для матусиного портрета» (гіпс, солоне тісто та покидьковий матеріал)

ПЛАН

II тиждень Тема тижня «Взаємини в родині»	III тиждень Тема тижня «У люстерко подивлюсь — сам собі я посміхнусь»	IV тиждень Тема тижня «Ми всі такі різні»
Тема: «Поспішаємо до бабусі»	Тема: «Спритні, сміливі, дужі, бо зі спортом дружим»	Тема: «Дружба — велика сила»
Тема: «Сила кожної людини — в дружній родині»	Тема: «Мої органи чуття»	Тема: «Лікарські рослини та їх використання»
Тема: «Моя родина» (творче сюжетне малювання)	Тема: «Я роблю зарядку» (сюжетне малювання)	Тема: «Портрет друга» (предметне малювання)
За планом музичного керівника	За планом музичного керівника	За планом музичного керівника
Тема: «У колі своєї сім'ї»	Тема: «Я і мої права»	Тема: «Ми схожі — ми різні»
Тема: «Як я допомагаю мамі» (складання розповіді з власного досвіду)	Тема: «Смішний випадок із власного життя» (складання розповіді із власного досвіду)	Тема: «Мій найкращий друг» (складання описової розповіді)
Тема: «Веселі помічники»	Тема: «Спорт — це здоров'я»	Тема: «Ми дружно живемо, всі — як одна сім'я»
Тема: «Число і цифра 8. Піраміда»	Тема: «Число і цифра 8. Лічба предметів»	Тема: «Розв'язування задач. Орієнтування у просторі»
Тема: «Чайний сервіз» (колективна декоративна аплікація)	Тема: «Картина для моєї кімнати» (рельєфне ліплення на глиняній пластині)	Тема: «Подарунок для друга» (предметне ліплення за уявою)
За планом музичного керівника	За планом музичного керівника	За планом музичного керівника
Тема: «Звук [н], буква Нн»	Тема: «Звук [і], буква Іі»	Тема: «Звук [л], буква Лл. Читання прямих та обернених складів»
Тема: «Сувенір для братика, сестрички» (поролон)	Тема: «Пташка» (оригамі)	Тема: «Казковий замок дружби» (колективна робота)
Тема: «Родинні стосунки»	Тема: «Від доброго слова людина здорова»	Тема: «Будемо дружити та у мирі жити»
Тема: «Переказ казки М. Пляцковського “Бурулька”»	Тема: «Обговорення вірша Г. Могильницької “Бабусина радість”»	Тема: «Переказ оповідання М. Коцюбинського “Івасик та Тарасик”»
Тема: «Рамка для родинної світлини»	Тема: «Що я можу зробити своїми руками» (різний матеріал)	Тема: «Подарунок від щирого серця» (різний матеріал)

КОМПЛЕКСИ ГІМНАСТИКИ

Ранкова гімнастика «Спортивна гімнастика для мами»

I. Ходьба з рухами рук: крок лівою ногою — руки в сторони, правою — на пояс.
Ходьба на носках, як лисичка.
Біг у середньому темпі, ходьба.

II. Вправи зі скакалкою.

1. Піднімання рук уперед з відставленням ноги назад.

Вихідне положення (В. п.) — основна стійка; скакалку, складену вдвічі, тримати за кінці, руки опущені.

1 — розтягуючи скакалку, підняти руки вперед, праву ногу відставити на носок (вдих);

2 — повернутися у в. п. (видих).

3–4 — те саме з лівої ноги.

Повторити 8 разів.

2. Нахили тулуба вперед.

В. п. — основна стійка; скакалку, складену вдвічі, тримати за кінці, руки опущені.

1–2 — нахилити тулуб уперед, одночасно підняти руки вперед (видих);

3–4 — повернутись у в. п. (вдих).

Повторити 8 разів.

3. Повороти тулуба.

В. п. — сидячи на підлозі, ноги нарізно (якнайширше); скакалку, складену вчетверо, тримати у прямих руках.

1 — повернути тулуб праворуч, зігнути руки в ліктях (видих);

2 — повернутися у в. п. (вдих);

3–4 — те саме в лівий бік.

Повторити 8 разів.

4. Згинання ніг по черзі.

В. п. — сидячи на підлозі, ноги разом; скакалку, складену вчетверо, тримати у прямих руках.

1 — зігнути праву ногу в коліні, просунути її між руками й скакалкою (видих);

2 — повернутись у в. п. (вдих);

3–4 — те саме з лівої ноги.

Повторити 6–8 разів.

5. Нахили тулуба в сторони.

В. п. — скакалку, складену вдвоє, тримати за її кінці за спиною, на плечах.

1 — нахилити тулуб ліворуч, відставити ліву ногу в сторону на носок, натягуючи скакалку, підняти руки вгору (видих);

2 — повернутися у в. п. (вдих);

3–4 — те саме праворуч.

Повторити 8 разів.

6. Стрибки.

В. п. — основна стійка, руки на поясі; скакалка, складена вдвічі, на підлозі біля носків ніг.

- 1 — стрибнути вперед через скакалку;
- 2 — повернутись кругом;
- 3 — стрибнути через скакалку у зворотному напрямку;
- 4 — повернутись кругом.

III. Ходьба з поступовим уповільненням темпу.

«Фізкультурники»

I. Ходьба з високим підніманням ніг, як конячки.

Біг зі зміною темпу, ходьба.

II. Вправи з прапорцями.

1. Піднімання по черзі прапорців угору.

В. п. — основна стійка, руки з прапорцями внизу.

- 1 — підняти ліву руку через сторону вгору;
- 2 — підняти праву руку через сторону вгору;
- 3 — опустити ліву руку униз;
- 4 — опустити праву руку униз.

Повторити 8 разів.

2. Нахили тулуба вперед.

В. п. — стійка ноги нарізно, руки з прапорцями внизу за спиною.

- 1 — нахилити тулуб уперед, покласти прапорці на підлогу (видих);
- 2 — випрямитись у в. п. (вдих);
- 3 — нахилити тулуб уперед, взяти прапорці (видих);
- 4 — випрямитись у в. п. (вдих).

Повторити 6 разів.

3. Піднімання прапорців угору з махом ноги вбік.

В. п. — основна стійка, руки з прапорцями внизу.

- 1 — підняти прапорці вгору, махнути правою ногою праворуч (вдих);
- 2 — повернутись у в. п. (видих);
- 3–4 — те саме з лівої ноги.

Повторити 6–8 разів.

4. Присідання.

В. п. — основна стійка, руки з прапорцями внизу.

- 1–2 — присісти на носках, руки в сторони (видих);
- 3–4 — підвестись у в. п. (вдих).

Повторити 8 разів.

5. Повороти тулуба.

В. п. — стійка ноги нарізно, руки з прапорцями в сторони.

- 1 — повернути тулуб праворуч, підняти руки вгору;