

Рекомендации для родителей, законных представителей
по образовательной деятельности
в младшей группе
на период с 20.04.2020 по 24.04.2020г.

ТЕМА НЕДЕЛИ : «ЖИВОТНЫЕ И РАСТЕНИЯ ЖАРКИХ СТРАН».

МЛАДШАЯ ГРУППА № 5 «ЗВЕЗДОЧКИ».

Понедельник

1 Физкультура

Движение – это жизнь, а для маленького ребенка – еще и развитие. Гимнастика для детей 3-4 лет нужна для укрепления мышечного корсета и правильного формирования опорно-двигательного аппарата, осанки. Двигательная активность стимулирует иммунитет и мозговую деятельность малышей. Но как заниматься с малышом дома, в период карантина, какие упражнения подходят для возраста 3-4 лет?

Детская физкультура (гимнастика, зарядка) проводится в форме игры. Для занятия нужно подготовить динамичную музыку. Делать упражнения под звуковое сопровождение не только весело, но и полезно. Музыка помогает поддерживать ритм и развивает слух. Также можно подобрать к движениям интересные названия (например, «а теперь сделай, как рыбка», «побудь немножко обезьянкой и сорви банан»). Другой вариант – проводить занятия гимнастикой под стишки (пример стихотворного комплекса упражнений ждет вас ниже).

Польза:

- укрепляет мышцы, повышает силу и выносливость;
- обеспечивает правильное формирование опорно-двигательного аппарата (профилактика сколиоза, вальгуса и других деформаций скелета);
- улучшает координацию движений, ориентацию в пространстве;
- ускоряет обменные процессы и повышает аппетит; стимулирует работу всех органов и систем, укрепляет здоровье.

Детская физкультура (гимнастика, зарядка) проводится в форме игры. Для занятия нужно подготовить динамичную музыку. Делать упражнения под звуковое сопровождение не только весело, но и полезно. Музыка помогает поддерживать ритм и развивает слух. Также можно подобрать к движениям интересные названия (например, «а теперь сделай, как рыбка», «побудь немножко обезьянкой и сорви банан»). Другой вариант – проводить занятия гимнастикой под стишки (пример стихотворного комплекса упражнений ждет вас ниже).

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОЛЕЗНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ

Воздух в помещении должен быть свежим. Выполнять упражнения нужно утром, в промежутке между гигиеническими процедурами и завтраком. В крайнем случае можно сделать гимнастику через 40-60 минут после еды. Взрослый должен следить, чтобы при выполнении упражнений ребенок делал вдох через нос, а выдыхал через рот. Если малышу года 3-4, длительность домашней гимнастики не должна превышать 15 минут., чтобы занятие принесло пользу и не наскучило. Делать упражнения нужно с удовольствием!!!



Начинаем с РАЗМИНКИ! (4-5 минут)

1 движения руками вверх-вниз,

2 потягивания,

3 ходьба по кругу (на носочках, пяточках, внутренней и внешней стороне стоп),

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1 Бег с поднятием колен.

Ребенок бежит по кругу, стараясь поднять коленки как можно выше. Длительность выполнения – 1 минута.

2 Пятки к ягодицам.

Суть упражнения в том, чтобы при беге поджать колено так, чтобы стопа дотронулась до попы. Выполняется в течение 1 минуты.

3 Ходьба на присядках.

Ребенок садится на корточки, руки на поясе. Нужно пройти так 1-2 небольших круга (40-60 секунд).

4 Ходьба по перекладине.

Необходимый атрибут – невысокая устойчивая лавочка шириной от 30 см и длиной от 1 м. Можно заменить лавочку сложенным в несколько раз ковриком. Ребенок проходит туда и обратно, поднимая руки по сторонам на уровне грудной клетки.

5 Прыжки через невысокие препятствия

. Для упражнения хорошо подходят гимнастические обручи, которые выкладывают впритык друг к другу. Ребенок перепрыгивает двумя ногами, делает шаг и снова совершает прыжок. Количество прыжков – 6-10. Также полосу препятствий можно сделать из скакалок, палочек, расположенных на расстоянии 50-70 см друг от друга.

6 Наклоны вперед.

Исходная позиция – ноги на ширине плеч, руки на поясе. Ребенок потягивается вверх, поднимая руки, а затем наклоняется вниз. Ручки должны коснуться носочков, а колени – остаться ровными. Длительность упражнения – 40 секунд, или 6-8 повторов.

7 Выпады в стороны.

Ребенок стоит, ноги на ширине плеч, руки на поясе. Нужно потянуться левой рукой и головой максимально в правую сторону, оставив нижнюю часть тела неподвижной. После 6-7 повторов выпады делаются правой рукой в левую сторону.

8 «Велосипед».

Всем известное упражнение. Ребенок ложится на спину, поднимает ноги и делает синхронные круговые движения, напоминающие езду на велосипеде. Длительность выполнения – 1 минута.

9 Поднятие ног.

Позиция – лежа на спине, руки лежат вдоль тела. Ребенок приподнимает обе ноги вверх с ровными коленями. Количество повторов – 6-9.

10 «Ножницы».

Исходная позиция та же. Ребенок поднимает ровные ноги вверх, а затем разводит в стороны и скрещивает. Упражнение повторяют 5-7 раз.

11 «Лодочка». Малыш лежит на животе, ручки перед собой. Нужно поднять руки и ноги вверх, задействуя мышцы спины. «Лодочку» делают 5-7 раз.

12 «Планка».

Исходное положение – упор лежа на руки. Ребенок стоит так 15-20 секунд.

13 «Кошечка».

Необходимо стать на колени, а ладонками упереться в пол. Сначала делают прогиб и округление спины 6-9 раз. Затем имитируют потягивание кошки, медленно присаживаясь назад и не отрывая ладоней от пола. Количество повторов – 6-9

ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП: Завершают гимнастику спокойной ходьбой. Для нормализации дыхания ребенку предлагают сделать глубокий вдох и одновременно поднять руки в стороны и вверх. На выдохе нужно вернуться в исходное положение. Длительность завершающего этапа – 1-2 минуты.

Зарядка медвежат.

Медвежата в чаще жили,

Головой своей крутили. (наклоны головы к плечам)

Вот так, вот так

Головой своей крутили. (круговые движения головой)

Медвежата мед искали

И в лесу, и в бору, (наклоны в стороны, рука делает козырек у лба)

На лугах и в цветах,

На малиновых кустах. (наклоны вниз к полу)

Дружно дерево качали
Вот так, вот так, (покачивания вытянутыми вверху руками на носочках)
Дружно дерево качали
Вот так, вот так. (круговые движения тазом, руки на поясе)
Много меда набирали,
Ложками его черпали, (наклоны вперед сидя на полу, ноги по сторонам)
Мягким хлебом заедали,
Мятным чаем запивали. (ребенок показывает, как он ест)
А потом они плясали
Вот так, вот так, (пружинящие приседания с поворотом туловища)
Лапы выше поднимали
Вот так, вот так. (подскоки с поднятием колен)
Делайте упражнения вместе со своими детьми- это принесёт пользу и
удовольствие вам всем! Занимайтесь физкультурой и будьте здоровы!

2 МИР ПРИРОДЫ (Беседа)

Тема: Животные жарких стран!

Цели:

- познакомить с экзотическими животными жарких стран;
- развивать зрительное восприятие, координацию движений;
- закреплять умение описывать животных, находить сходства и различия между ними;
- воспитывать любовь к животным.



Ход занятия

- Ребята, сейчас я прочитаю вам стихотворение, а вы послушайте внимательно и скажите о чем или может, о ком оно?

В жарких странах носороги
Просто ходят по дороге.
Мокнут в речке бегемоты.
Львы выходят на охоту.
Крокодилы, обезьяны,
Зебры – жители саванны.
И тропические птицы...
Есть чему тут подивиться!
(о жарких странах, и о животных жарких стран)

- Правильно! И сегодня мы поговорим с вами о животных жарких стран. А о каких именно животных мы будем разговаривать, вы узнаете, отгадав загадки.

1. Он высокий и пятнистый,
С длинной - длинной шеей,
И питается он листьями -
Листьями деревьев. (*жираф*)

2. Очень вкусные бананы
На обед у... *(обезьяны)*

3. В реках Африки живет
Злой зеленый пароход.
Кто б навстречу ни поплыл,
Всех проглотит ... *(крокодил)*

4. У него большие уши,
Длинный хобот носит он.
Он силен, до добродушен,
Потому, что, это... *(слон)*

5. - Вот так лошадка! – воскликнул Андрейка
- Словно большая тетрадка в линейку! *(зебра)*

6. Всю жизнь ношу я два горба,
Имею два желудка!
Но каждый горб - не горб, амбар!
Еды в них на семь суток! *(верблюды)*

7. На носу большущий рог,
Носит каждый... *(носорог)*

8. С этим зверем полосатым
Не шутите вы, ребята! *(тигр)*

9. Его увидишь – сразу ясно:
Царь зверей – шутить опасно.
Грозный вид и грозный рык,
Даже гривы не подстриг. *(лев)*

10. Когда жара спадёт,
Он выйдет из болота,
И ужинать пойдёт,
Вот жизнь у ... *(бегемота)*

3. Физминутка «Обезьянки»

- Ребята, обезьянки хотят научить вас веселой зарядке, которой они каждый день занимаются и поэтому такие ловкие!

Рано утром на полянке *(хлопаем)*
Так резвятся обезьянки:
Правой ножкой топ, топ!
Левой ножкой топ, топ!
Руки вверх, вверх, вверх!

Кто поднимет выше всех? (встаем на носочки и тянемся вверх)

✓ Домашнее задание:

- просмотр сказки (мультфильма) «Доктор Айболит» К.И. Чуковский;
- чтение стихотворения С. Маршака «Где обедал воробей?»

Стихотворение

Где обедал, воробей?
В зоопарке у зверей.
Пообедал я сперва
За решеткою у льва.
Подкрепился у лисицы.
У моржа попил водицы.
Ел морковку у слона.
С журавлем поел пшена.
Погостил у носорога,
Отрубей поел немного.
Побывал я на пиру
У хвостатых кенгуру.
Был на праздничном обеде
У мохнатого медведя.
А зубастый крокодил
Чуть меня не проглотил.

Вторник

1 Познание ФЭМП

«Медвежата»

Цель. Классификация предметов по признаку "размер".

Описание.

На столе различные предметы двух основных размеров (размер должен легко опознаваться ребенком). Понадобятся два медведя: большой и маленький.

- Жили два медведя: Миша



и Мишутка. Миша - большой, Мишутка - маленький.

- Где Миша, где Мишутка, покажи!

- Однажды они поссорились и стали делить игрушки.

Как они делят? Кому большие? Кому маленькие?

Просим ребенка помочь разделить игрушки на две кучки: большие и маленькие. Выполняя задание, ребенок должен пояснять свой выбор:

- Большой мяч - Мише. Большая ложка - Мише. Маленькая ложка -

Мишутке. Маленький автомобиль - Мишутке и т. п.

- Какие игрушки у Миши? (Большие.) Какие игрушки у Мишутки?

(Маленькие.)



Vasilisa_miss

«Сложи лесенку»



Цель. Научить соотносить предметы по величине.

Материал: 5 картонных полосок, различных по длине.

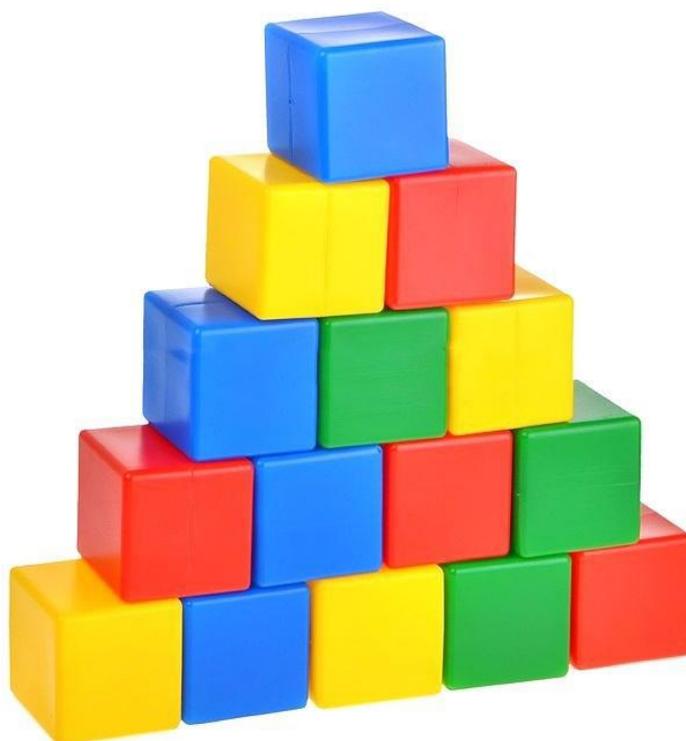
Описание. Кладем перед ребенком полоски и предлагаем из них сложить лестницу. Когда лесенка готова, игрушечная собачка бежит по ней вверх и вниз. Она сразу же обнаруживает ошибки и просит их исправить, потому что она не может подняться по лесенке. Во время постройки лесенки ребенок приговаривает: «длинная полоска, теперь короткая, еще короче и самая короткая полоска»

«Две башни»

Цель. Закреплять знания о величине предметов; познакомить с понятиями: высокий – низкий, одинаковые по высоте.

Описание. Постройте из кубиков две башни одинаковой высоты. Затем добавьте или уберите детали так, чтобы башни стали разные – высокая и низкая. Вместе с детьми сравните башни по высоте: «Вот две башни. Чем они отличаются? Ничем, они одинаковые. А теперь чем они отличаются? Эта башня высокая, а эта низкая. А теперь вы постройте башни!».

Попросите детей построить сначала одинаковые башни, а затем высокую и низкую башни. Можно обыграть сюжет, посадив на верхушку башен маленькие игрушки.



1 Физическая культура

Игровая зарядка

Просыпайся, не ленись,
На зарядку становись!

Солнце из-за тучки

Нам уж машет ручкой!

Начинаем по порядку
Мы весёлую зарядку:

Руки вверх — до облаков,

Вниз — до маленьких цветов,

Солнцу, небу улыбайся,

Быть приветливым старайся!

Руки в бок, теперь наклоны:

Слева ёлки, справа — клёны!

Всем минуточку внимания,

Начинаем приседания:

Раз и два, раз и два:

Солнце в небе и трава!



А теперь мы летаем,
Словно птицы в небе стаей!
Полетели, полетели,
А теперь опять присели!
Подтянись на турнике,
Будут мускулы в руке
Сильные и крепкие,
Руки будут цепкие!
А сейчас начнём прыжки —

Как пружинки — раз, два, три!

Прыгаем, как зайчики —

Девочки и мальчики,

Все бегом бежим по кругу

Догоняем мы друг друга!
Вот окончилась зарядка!

Вам понравилось, ребятки?

Прогоняйте скуку, лень —
Занимайтесь каждый день:

Настроенье и здоровье

Вместе к вам придут с любовью!

Все готовы? Не зевай!

Упражненья начинай!

Поприветствуем друг друга

И пройдемся мы по кругу.

Сели-встали, сели-встали —

Наши ножки не устали.

Ручки в стороны и вверх —

Станем мы сильнее всех!

Мы попрыгали немножко
(Руки вверх.)

Приседать и вставать,
(Приседание 4-6 раз.)

Прыгать и скакать.
(10 прыжков.)

Мы ручками похлопаем - Хлоп-хлоп-хлоп,

Мы ножками потопаем - Топ-топ-топ,

Мы руки все подняли



Друг за другом по дорожке!

Каждый день

Каждый день по утрам
Делаем зарядку.
(Ходьба на месте.)

Очень нравится нам делать по порядку:

Весело шагать,
(Ходьба.)

Руки поднимать,

И дружно опустили.

И сели все в волшебный
самолёт.
(руки, согнутые в локтях, перед грудью)

Завели мотор - Ж- ж- ж,ж-ж-ж-ж-ж-ж

(крутим медленно руками перед грудью, увеличивая темп)

Самолёт летит, а мотор гудит-
У-у-у, у-у-у

(руки в стороны, поочерёдные
наклоны влево и вправо,

Полетели.

Мы отважные пилоты,

Это наши самолёты —

Два крыла

(махнуть ручками,

Одна кабина

(качнуть головой)

Сзади мощная турбина

(качнуть попой)

Разбежались и взлетели —

Полетели, полетели.

Там внизу остался дом —

Мы махнём ему крылом!

Выше облака и тучи,

Выше — выше, круче — круче!

По воздушным ямкам

(ныряем по воздуху)

Пристегните лямки!

Мы зарядку делать будем

Мы зарядку делать будем.

Мы руками быстро крутим —

То назад, а то вперёд,

А потом наоборот.

*(Вращение прямых рук назад и
вперёд.)*

Наклоняемся пониже.

Ну-ка, руки к полу ближе!

Выпрямились, ноги шире.

Тянем спинку, три-четыре.

(Наклоны вперёд.)

На площадке красный мячик

Выше всех сегодня скачет.

Вместе с мячиком скачу,

До небес достать хочу.

(Прыжки на месте.)

Стоп! Закончилась зарядка.

Вдох и выдох для порядка.

*(Руки вверх — вдох, вниз через
стороны — выдох.)*



2 Художественно-эстетическое развитие

Зебра (обрывная аппликация).

Цели: расширить знания детей о животных Африки, о зебре.

Задачи: - закрепить классификацию детей о животных (*дикие, домашние*);

- познакомить с названиями «*Африка*», «*Саванна*», «*зебра*»;

- воспитывать бережное отношение к живой природе;

- формировать активную речь детей;

Материалы и оборудование:

- иллюстрации животных Африки (*зебра, жираф, слон*);

- фигурки животных;

- для аппликации: листы бумаги с контурами зебр без полос, цветная бумага черного цвета.

Ход занятия.

Сегодня с вами мы отправимся в путешествие. Мы поедем в далекую Африку. А какой же транспорт нам выбрать, может быть поезд?

Вот поезд наш едет, вагоны стучат,

а в поезде этом, ребята сидят.

Ту-ту, чух-чух,

Паровоз, паровоз, новенький, блестящий,

Ты куда нас повез, будто настоящий.

Пусть ребенок повторяет за Вами).

Все, приехали в Африку. Подходят к столу, на котором, стоят фигурки животных слона, зебры, жирафа.

Задавайте ребенку вопросы:

Как ты думаешь, какая она Африка? (*ответы– жаркая, далекая*).

А кто живет в Африке?

Правильно, всех назвали. А поговорим сегодня мы о зебре (Показать иллюстрацию зебры)

(Зебра - это полосатая лошадка. И живет она в жаркой Африке.



А как ты думаешь, зачем зебре такой странный, полосатый, наряд? Заметная окраска помогает зебрам издалека узнать друг друга. А еще, как это неудивительно, черно - белые полосы могут обмануть нападающего врага. Вот на зебру напал лев. Одна зебра хорошо заметна.

А если она побежит к своему стаду? Там много зебр, и все полосы сливаются, в глазах рябит. Кажется, что стадо превратилось в какого - то странного, огромного зверя.

Зебры питаются травой. В поисках новых пастбищ и водопоя они совершают большие путешествия по выжженной солнцем саванне, где лишь кое - где растут кусты и деревья.

Постоять за себя зебра умеет. Она старается ударить врага передними ногами с твердыми копытами, да ещё и зубами укусить. Характер у нее вспыльчивый. Стадо зебр и царя зверей, льва, победить может.

Увидеть полосатую лошадку можно в зоопарках. В нашей стране есть специальный питомник, где разводят зебр.

Вот как много мы узнали про полосатую лошадку. Устали? Отдохнем! Дети становятся в круг.

Физ.минутка:

Утром солнышко встает выше, выше (встали на носочки, руки вверх,
Ночью солнышко зайдет ниже, ниже (*руки опустили, присели*).

Хорошо-хорошо солнышку живется (делаем ручками фанарики,
И нам вместе с солнышком весело живется (*хлопаем в ладоши*).

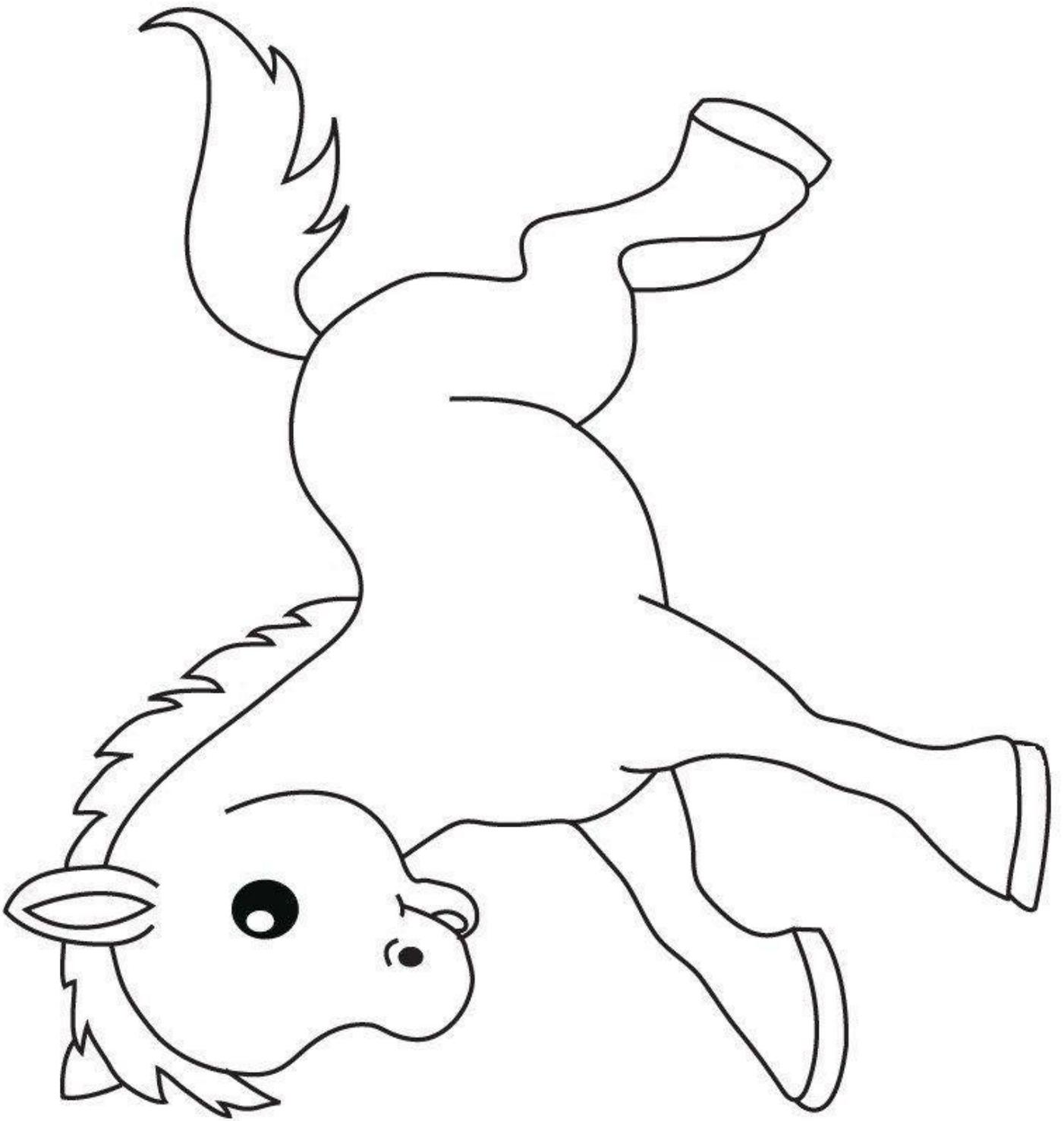
А теперь вспомним, про кого мы говорили, (про зебру, а где она живет (в Африке, в саванне, а кто ее соседи (лев, слон, жираф, а на кого похожа зебра (на лошадку, а что ест (*травку*)). Понравилась тебе зебра? (*да*)).

Показать картинку зебры без полос: посмотри, эта зебра попала под дождь, который смыл ее черные полосы, давай ей поможем ей и вернем полосы на место.

правила выполнения аппликации: взять

черную бумагу, оторвать небольшую полоску, намазать ее клеем и приклеить на спинку зебры, промокнуть салфеткой.





1.Речевое развитие

Тема: Экзотические животные

Цель:

Ход занятия.

Рассмотрите картинки с животными, пусть ребенок назовет их. Спросите, как называют детенышей этих зверей. Например, вы говорите: « СЛОН», а ребенок отвечает- СЛОНЕНОК.

- ЛЕВ-ЛЬВЕНОК
- ТИГР –ТИГРЕНОК,
- ЗЕБРА –...

Физ. Минутка – координация речи с движением: « Звери»

Это – лев. Он царь зверей.

В мире нет его сильней

(идём по кругу неторопливо, подняв голову)

А смешные обезьяны

Раскачали все лианы.

(пружинка, стоя в кругу, ноги на ширине плеч)

А вот умный, добрый слон

Посылает всем поклон

(ладони прижаты к голове, наклоны туловища вперёд – вправо, вперёд – влево)

Леопард так ловко скачет,

Словно наш любимый мячик.

(подскоки на месте)

Пони бегают, резвятся,

Хочет с нами подружиться.

(бег по кругу поскаками)

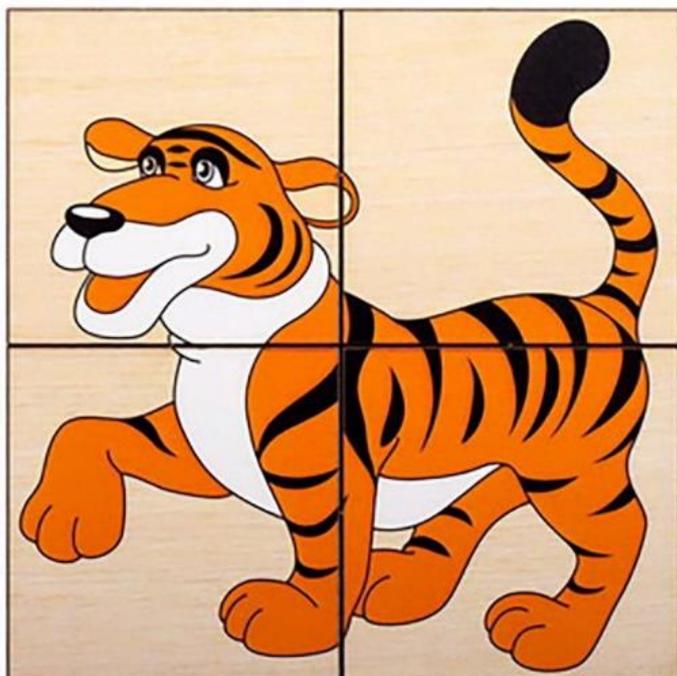
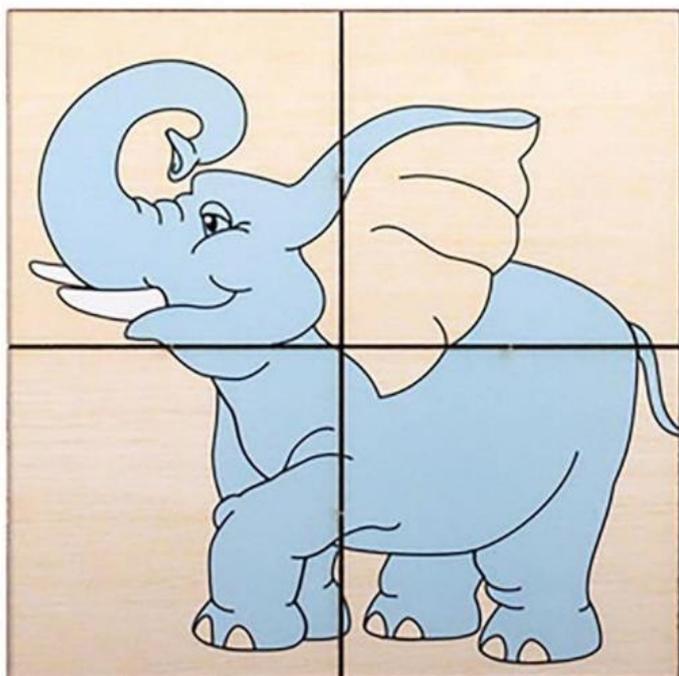
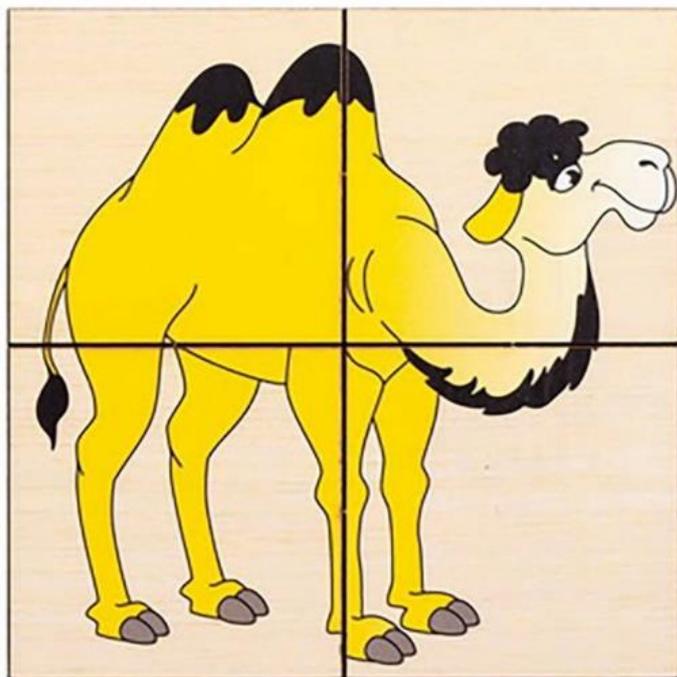
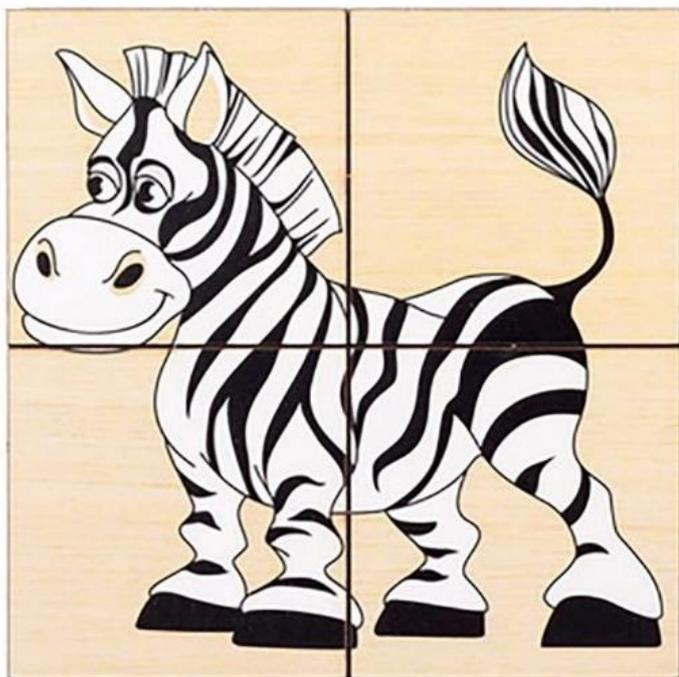
Зебра головой качает

К себе в гости приглашает.

(руки на поясе, наклоны головы вправо – влево).

Дидактическая игра «Веселый зоопарк»

. Вам нужно собрать из четырех деталей картинку и сказать, что на ней изображено.



Уважаемые родители, Вы можете распечатать и вырезать эти картинки .

1 Физкультура

Уважаемые родители, предлагаем вам вместе с детьми позаниматься физкультурой под веселую музыку. «Птичья зарядка» - одна из самых любимых вашими детьми занятий несомненно поднимет настроение и зарядит бодростью на весь день. Вы можете воспользоваться следующими ссылками:

<https://ruo.zvukofon.com/music-album/2074755988-muzykalnaya-igrovaya-zaryadka>

<https://monfon.org/music-album/2074755988-muzykalnaya-igrovaya-zaryadka>

https://vk.com/music/album/-2000030322_1030322_8803f3a83f5cf3032e

Или самостоятельно найти альбом Юрия Кудинова «Игровая зарядка»

Желаю Вам удачи!

2 Художественно-эстетическое развитие.

Нетрадиционное рисование ладошками «АФРИКА»

.

Задачи:

Закреплять знания основных цветов (Зеленый, красный, синий, желтый), проговаривать их названия.

Развивать творческое воображение, внимание, мышление и мелкую моторику кистей рук.

Вызывать эмоциональный отклик.

Подвести творческий итог темы недели

Этот способ, конечно, самый неаккуратный, но зато изображение проявляется быстрее, так что детям рисование ладошками очень нравится. Для создания рисунков в этой технике потребуется неглубокая тарелочка с

краской (наливаем немного воды и капаем гуашь — так краска быстрее ототрётся от кожи, а на яркости рисунка это ухищрение никак не отразится); влажные салфетки.

:А теперь выберите, кого бы хотелось нарисовать. Закройте глаза, представьте себе это животное. Может быть это будет царь зверей-лев, с лохматой гривой, или быстрая полосатая зебра, или длинношеей жираф, или большой добрый слон и т. д. А может быть вы решите изобразить пальму с кокосами? Даем простор своей фантазии и приступаем к рисованию.

Несколько картинок для вашего вдохновения:ия

