

Расписание занятий в средней группе

на 20-24 апреля 2020г.

Понедельник	
Двигательная деятельность.	<p>Зарядка для детей средней группы https://youtu.be/AKuouDBQtOY</p> <p>Упражнения для развития мелкой моторики рук.</p> <ul style="list-style-type: none">- сжимание и разжимание пальцев в кулак правой и левой руками одновременно и поочередно;- сжимание обеими руками мелких резиновых мячей - большим и указательным <p>Упражнения для формирования правильной осанки № 1</p> <ul style="list-style-type: none">- Принять положение стоя у стены, касаясь её затылком, спиной, ягодицами и пятками; отойти от стены и вернуться к ней, сохраняя начальное положение.- Стоя с правильной осанкой у стены, поднимая руки вперед, вверх, в стороны; вверх поочередно и одновременно обе руки.- Поднимание согнутой в колено ноги.- Сидя, наклоны туловища вправо, влево, вперед, назад.- Лежа на спине: отведение рук в стороны, вперед, вверх. <p>Сгибание и разгибание ног.</p> <ul style="list-style-type: none">- Ходьба высоко поднимая ноги. <p>Приседания.</p> <p>Техника выполнения:</p> <ul style="list-style-type: none">• ноги на ширине плеч, руки вытянуты вперед• спина прямая• пятки прижаты к полу• выполнять от 20 до 30 раз в зависимости от физической подготовки ребенка <p>Отжимания.</p> <p>Техника выполнения:</p> <ul style="list-style-type: none">• в зависимости от ширины положения рук вы можете выбрать нагрузку: если руки стоят близко друг к другу, то идет проработка бицепсов, если руки расставлены широко — прорабатывается грудная часть• корпус должен находиться в прямом положении, сгибаются только руки• выполнять максимум 10 раз• еще один вариант выполнения — плавно опуститься на пол в такой очередности — колени, таз, корпус, так же плавно нужно выходить наверх в исходное положение <p>Пресс.</p> <p>Техника выполнения:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • исходное положение — лежа на спине, ноги прямые, руки за голову или руки вдоль тела прямые • первыми ребенок тянет руки, создавая инерцию, затем поднимается голова, плечи, скручивание делается постепенно, руками дотянуться до носочков — чтобы в этот момент растяжения отдохнуть • плавно опуститься назад • нельзя резко падать прямым корпусом назад и резко подниматься вперед • для удобства выполнения можно придерживать ноги ребенку или зацепить носочки за основание дивана, чтобы ноги при подъеме не отрывались от пола • выполнять 10–15 раз <p>Лодочка. Техника выполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • исходное положение — лежа на животе, руки прямые вдоль пола, стопы вместе • одновременно ребенок поднимает обе руки и обе ноги, создавая напряжение в пояснице • замирать в таком положении не нужно • выполнять 20 раз <p>5. Закидывание ног за голову. Техника выполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • исходное положение — лежа на спине • постепенно поднимаем ноги и закидываем за линию головы • упор при этом на плечи, не на шею и голову • выполнять 10–15 раз
<p>Познавательная - исследовательская деятельность. (Окружающий мир)</p>	<p>Тема: «Вся природа проснулась после зимнего сна». Чтение стихотворений о весне.</p> <p>Цель: Обобщать и систематизировать представления о весенних изменениях в растительном и животном мире.</p> <p>Рекомендации: Прочитайте ребёнку стихотворение Плещеева А.Н. «Весна». Спросите ребёнка, о каких признаках весны рассказывает автор?</p>
<p>Вторник</p>	

Музыкальная
деятельность

Предлагаю продолжить занимательные часы общения с музыкой.

1. Для начала у нас **Музыкально-танцевальная разминка**.
Ваша задача: Помочь ребёнку, а лучше выполнять вместе с ним. Внимательно слушаем музыку и повторяем.

https://www.youtube.com/watch?v=7ELMG_9fVeY

2. Молодцы, а теперь, послушайте вместе музыку.

Продолжите знакомство с музыкой Д. Б. Кабалевского «Резвушка»
<http://mp3iq.com/m/3003747-d.-kabalevskij/129168801-t..>

Проведите беседу. Покажите картинку, и спросите что на ней изображено? Как называют девочку, которая очень весёлая, активная?

Включите музыку для повторного прослушивания.

А теперь, попросите изобразить такое настроение вашего ребёнка. Замечательно.

А теперь включите музыку для активного слушивания, и попросите изобразить такое настроение вашего ребёнка.

Пусть ребёнок подвигается



Похвалите, что у него всё получилось и предложите отдохнуть со спокойной музыкой.

Положите рядом игрушку, и спросите для чего она лежит?

Звучит «Колыбельная» муз. Разоренов.

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1127901467957942461&text=%D1%81%D0%BB%D1%83%D1%88%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8B%D0%B1%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F%20%D0%B2%>

	<p>D0%BE%20%D0%B2%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B9%20%D0%BC%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D1%88%D0%B5%D0%B9%20%D0%B3%D1%80%D1%83%D0%BF%D0%BF%D0%B5&path=wizard&parent-reqid=1586280467611102-507786487236453353500333-production-app-host-sas-web-yp-55&redircnt=1586280825.1</p> <p>Спросите, какая музыка по характеру. Что хочется под неё делать? А хочется ли под неё прыгать?</p> <p>Предложите взять игрушку покачать игрушку в такт музыки.</p> <p>3. А теперь можно попеть. В помощь вам будет эта ссылка. Вспомните песни «Есть у солнышка друзья» муз. Тиличевой и «У кого есть мама?» Также в этом видео поиграйте с детьми в игру «Как называется мама детёныша?». https://youtu.be/02Qeo7aAC9c</p>	
<p>Познавательная - исследовательская деятельность. (ФЭМП)</p>	<p>Тема: «Вот как мы узнали».</p> <p>Цель: Закрепление количественного и порядкового счёта в пределах 5.</p> <p>Упражнять в различении геометрических фигур.</p>	<p>Рекомендации: Зайдите по ссылке https://www.maam.ru/detskijasad</p> <p>Дидактические игры и упражнения при обучении количеству и счёту детей 4-5 лет.</p> <p>И поиграйте с ребёнком в дидактические игры по выбору. Используйте любой раздаточный материал (ложки, палочки, трубочки, конфеты)</p> <p>Для закрепления умения различать геометрические фигуры дайте ребёнку задание найти в доме предметы такой же формы, как квадрат, круг, треугольник, овал и т.д.</p>
<p>Среда</p>		
<p>Двигательная деятельность.</p>	<p>Ходьба и бег по кругу, ходьба с перешагиванием через шнуры, ходьба приставными шагами вперед.</p> <p>2. «ВЗМАХИ». И.п.: ноги слегка расставлены, руки вниз. Взмах рук вперед-назад. Приучать к большой амплитуде. После 3-4 движений – пауза, отдых. Повторить 4 раза.</p> <p>3. «КОШКА ВЫГИБАЕТ СПИНУ». И.п.: стоять в упоре на коленях. Низко опустить голову, смотреть на ноги – кошка сердится. Поднять голову – успокоилась. После 2-3 движений сесть на пятки. Повторить 4-5 раз.</p> <p>4. «ЛЯГУШОНОК». И.п.: ноги слегка расставить, руки на</p>	

	<p>поясе. Присесть, ладони прижать к полу между ног, голову приподнять, сказать «ква», выпрямиться. Повторить 6 раз.</p> <p>5. «ВАНЬКА-ВСТАНЬКА». И.п.: ноги на ширине плеч, руки за спину. Покачивание из стороны в сторону. После 3-5 движений – пауза, отдых. Повторить 4-6 раз</p> <p>6. «МЯЧ». Высокое подпрыгивание. Повторить 2 раза, чередуя с ходьбой.</p> <p>7. «БАБОЧКИ». И.п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Руки в стороны, имитировать полет бабочек, опустить вниз, сказать «сели». Повторить 4-6 раз.</p>	
<p>1. Изобразительная деятельность. (Рисование)</p>	<p>Тема: «Весна, весна на улице весенние деньки»</p> <p>Цель: Уточнить представления о весенних явлениях природы. Закрепить умение задумывать содержание рисунка.</p>	<p>Рекомендации: Просмотрите урок рисования по ссылке https://youtu.be/WZw6UVuCD9w и выполните аналогичные действия с ребёнком на листе. Предложите ребёнку дополнить рисунок.</p>
<p>Четверг</p>		
<p>Музыкальная деятельность.</p>	<p>Предлагаю продолжить занимательные часы общения с музыкой.</p> <p>1. Для начала у нас маленькая разминка. Музыкально-ритмическое упражнение «Чередование ходьбы и бега». Ваша задача: Помочь ребёнку, а лучше выполнять вместе с ним. Внимательно слушаем музыку и чередуем ходьбу и бег под музыкальное сопровождение Е. Тиличевой. По ссылке находите нужный трек и приступайте к выполнению. https://ru357.iplayer.info/q/%D1%82%D0%B8%D0%BB%D0%B8%D1%87%D0%B5%D0%B5%D0%B2%D0%B0+%D1%85%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BC+%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D0%B0%D0%B5%D0%BC/</p> <p>2. Молодцы, а теперь, послушайте вместе музыку. Включите музыку композитора Волкова «Резвушка», которую слушали на прошлом занятии и попросите вспомнить как называется.</p>	

(поможет вам на сайт <https://audio-vk.ru>) Если ребёнок затрудняется ответить, покажите ему картинку. Малыш сам вспомнит. Предложите ребёнку вместе с ним подвигаться так как «подсказывает» музыка.

Познакомьте малыша с новой музыкой Д. Б. Кабалевского «Резвушка»

И спросите чем отличается музыка. (настроение, характер).

Вам также поможет сайт <https://audio-vk.ru>



Похвалите, что у него всё получилось и предложите отдохнуть со спокойной музыкой.

Положите рядом игрушку, и спросите для чего она лежит?

Звучит «Колыбельная» муз. Разоренов.

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1127901467957942461&text=%D1%81%D0%BB%D1%83%D1%88%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8B%D0%B1%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F%20%D0%B2%D0%BE%20%D0%B2%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B9%20%D0%BC%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D1%88%D0%B5%D0%B9%20%D0%B3%D1%80%D1%83%D0%BF%D0%BF%D0%B5&path=wizard&parent-reqid=1586280467611102-507786487236453353500333-production-app-host-sas-web-yp-55&redircnt=1586280825.1>

Спросите, какая музыка по характеру. Что хочется под неё делать? А хочется ли под неё прыгать?

Предложите взять игрушку покачать игрушку в такт музыки.

3. Вспомните песню «Есть у солнышка друзья» муз.

	<p>Тиличевой по ссылке (минусовой вариант) https://x-minus.me/track/319937</p> <p>4. Закончить музыкальное занятие можно игрой «Солнышко и дождик». Включите любое музыкальное сопровождение и предложите такой вариант: Музыка звучит – ребёнок танцует, так как ему нравится, музыку останавливаете – ребёнок останавливается и не шевелится «замирает». И так 3-4 раза.</p>	
Коммуникативная деятельность. (Развитие речи)	<p>Тема: «Заучивание стихотворения Ю. Кушака «Оленёнок» Цель: Развитие памяти и фантазии у детей.</p>	<p>Рекомендации: пройдите по ссылке https://www.maam.ru НОД «Развитие речи». Заучивание стихотворения Ю. Кушака «Оленёнок». Используйте методы и приёмы заучивания исходя из занятия.</p>
Пятница		
Двигательная деятельность.	<p>Ходьба и бег по кругу, ходьба с перешагиванием через шнуры, ходьба приставными шагами вперед.</p> <p>2. «ВЗМАХИ». И.п.: ноги слегка расставлены, руки вниз. Взмах рук вперед-назад. Приучать к большой амплитуде. После 3-4 движений – пауза, отдых. Повторить 4 раза.</p> <p>3. «КОШКА ВЫГИБАЕТ СПИНУ». И.п.: стоять в упоре на коленях. Низко опустить голову, смотреть на ноги – кошка сердится. Поднять голову – успокоилась. После 2-3 движений сесть на пятки. Повторить 4-5 раз.</p> <p>4. «ЛЯГУШОНОК». И.п.: ноги слегка расставить, руки на поясе. Присесть, ладони прижать к полу между ног, голову приподнять, сказать «ква», выпрямиться. Повторить 6 раз.</p> <p>5. «ВАНЬКА-ВСТАНЬКА». И.п.: ноги на ширине плеч, руки за спину. Покачивание из стороны в сторону. После 3-5 движений – пауза, отдых. Повторить 4-6 раз</p>	
Изобразительная деятельность. (Аппликация)	<p>Тема: «Цветы на полянке» Цель: Уточнить представления о цветущих растениях. Закреплять навыки вырезания из бумаги.</p>	<p>Рекомендации: просмотрите рекомендации по изготовлению аппликации по ссылке https://youtu.be/Wt9iRAqcsY0 Выполните с ребёнком работу, помогая ему при вырезании и складывании цветка. Напомните меры предосторожности при вырезании.</p>

