

Расписание занятий в средней группе

с 25 мая по 29 мая 2020г.

	Понедельник	Пройдите по ссылке
1. Двигательная деятельность	<p>1. 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 10 до 20 раз в зависимости от физической подготовки ребенка <p>2. Отжимания.</p> <p>Техника выполнения:</p> <ul style="list-style-type: none">• в зависимости от ширины положения рук вы можете выбирать 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 5 раз• еще один вариант выполнения — плавно опуститься на пол в такой очередности — колени, таз, корпус, так же плавно нужно выходить вверх в исходное положение <p>3. 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 7–10 раз

4. Лодочка.

Техника выполнения:

- 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 10 раз

5. Закидывание ног за голову.

Техника выполнения:

- исходное положение — лежа на спине
- постепенно поднимаем ноги и закидываем за линию головы
- упор при этом на плечи, не на шею и голову
- выполнять 7–10 раз

ВАЖНО: во время занятий дома необходимо соблюдать питьевой режим — не более одного-двух глотков воды с периодичностью через два упражнения, всего в день ребенок должен выпивать полтора литра воды. Есть лучше за полтора-два часа до занятия и насытить пищу сложными углеводами. После занятия ребенку необходимо поесть, но не раньше, чем через 30–40 минут

Зарядка для детей средней группы <https://youtu.be/AKuouDBQtOY>

<p>2. Познавательная исследовательская деятельность. (Окружающий мир)</p>	<p>Тема: «Скоро лето».</p> <p>Цель: уточнить представление о наступающем лете. Активизировать знания об опасных ситуациях, которые могут произойти в быту и на природе, и путях их предотвращения. Побуждать использовать летний отдых в оздоровительных целях.</p>	<p>Рекомендации:Пройдите по ссылке https://yandex.ru/video/preview/?filmId=192311161886427094&text=познавательные%20мультфильмы%20про%20лето%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1589894662320929-384649262715837637900292-production-app-host-sas-web-yp-12&redirct=1589894677.1 посмотрите мультфильм вместе с ребёнком. Предложите малышу назвать приметы лета после просмотра мультфильма. Задайте вопрос ребёнку, что он больше всего любит делать летом?</p>	
Вторник			
<p>1. Музыкальная деятельность.</p>	<p>1. Развиваем музыкально-ритмические движения. Упражнение - «Пружинки и Мячики» для развития танцевальных навыков. Смотрите видео и повторяйте за вашим ребёнком. https://yandex.ru/video/preview/?filmId=10100216484925120377&text=%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D0%BF%D1%80%D1%8B%D0%B6%D0%BA%D0%B8%20%D0%B2%20%D0%B4%</p>		

[D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%BC%20%D1%81%D0%B0%D0%B4%D1%83%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE&path=wizard&parent-reqid=1587356919493685-1736535597824128947909915-prestable-app-host-sas-web-yp-94&redircnt=1587356949.1](https://www.youtube.com/watch?v=PP3whV9DzJM)

2.

Не забудьте похвалить, и предложите присесть отдохнуть.

Проведите беседу: Каких птиц ребёнок знает? Какая из птиц произносит «Ку-ку? Где она обитает?» А теперь вместе послушайте музыку.

Сегодня мы слушаем музыку Р. Шумана «Кукушка»

<https://www.youtube.com/watch?v=PP3whV9DzJM>

3. **Сегодня мы знакомимся с игровым распеванием «Репка» на развитие слуховых навыков и звуковысотности**

<https://www.youtube.com/watch?v=IqI5znT8j0Y>

4. Теперь вспомним р. н. **песню**

«Топотушки» вместе с бурёнкой Дашей.

Ваша ссылка:

<https://www.youtube.com/watch?v=QaThmATIKKc>

По желанию можно поиграть в игру «Кто громче поёт?», «Кто лучше поёт?».

5. **Музыкально-ритмическая игра «Кап - кап» (тема про дождик является сезонной. Она будет уместна и весной и осенью)**

ссылка:

<https://www.youtube.com/watch?v=CGEuz9RPHe4>

2. Познавательное - исследовательское	Тема: Закрепление пройденного	Рекомендации: Начертите на листе А4 геометрические фигуры: ромб, овал, круг, квадрат, треугольник, трапеция,	
---------------------------------------	---	---	--

<p>кая деятельность. (ФЭМП)</p>	<p>материала. Цель:Закрепит ь знания детей о геометрических фигурах.</p>	<p>прямоугольник. Попросите ребёнка закрасить одну из фигур любым цветом, при этом назвав фигуру. Проверьте правильно ли ребёнок выбрал фигуру. Прodelайте это задание с каждой фигурой, при этом задание можно менять, либо закрашивать фигуру, либо заштриховать, либо просто поставить галочку. Поощряйте правильный выбор ребёнка.</p>	
<p>Среда</p>			
<p>1. Двигательная деятельность.</p>	<p>1. 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 10 до 20 раз в зависимости от физической подготовки ребенка <p>2. Отжимания.</p> <p>Техника выполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • в зависимости от ширины положения рук вы можете выбирать 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 5 раз • еще один вариант выполнения — плавно опуститься на пол в такой очередности — колени, таз, корпус, так же плавно нужно выходить вверх в исходное положение 		

3. Пресс.

Техника выполнения:

- 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 7–10 раз

4. Лодочка.

Техника выполнения:

- 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 10 раз

5. Закидывание ног за голову.

Техника выполнения:

- исходное положение — лежа на спине
- постепенно поднимаем ноги и закидываем за линию головы
- упор при этом на плечи, не на шею и голову
- выполнять 7–10 раз

ВАЖНО: во время занятий дома необходимо соблюдать питьевой режим — не более одного-

	<p>двух глотков воды с периодичностью через два упражнения, всего в день ребенок должен выпивать полтора литра воды. Есть лучше за полтора-два часа до занятия и насытить пищу сложными углеводами. После занятия ребенку необходимо поесть, но не раньше, чем через 30–40 минут</p> <p>Зарядка для детей средней группы https://youtu.be/AKuouDBQtOY</p>	
<p>2. Изобразительная деятельность. (Рисование)</p>	<p>Тема: «Скоро лето». Цель: уточнить представление о наступлении нового сезона. Упражнять в передаче впечатлений от окружающего мира.</p>	<p>Рекомендации: Пройдите по ссылке https://yandex.ru/video/preview?filmId=10358586562909243063&from=tabbar&parent-reqid=1589895709866979-1219161132731415590600134-production-app-host-sas-web-yp-232&text=рисование+c+ребёнком+лета Выполните все рекомендации по уроку.</p>
<p>Четверг</p>		
<p>1. Музыкальная деятельность.</p>	<p>1. Развиваем музыкально-ритмические движения. Помогите вспомнить с музыкой И. Штрауса плавные движения с кружением. И исполните их вместе с ребёнком. Набираем в поисковике на сайте https://my.mail.ru/music/ вальсы Штрауса. А теперь предложите подвигаться совсем по-другому. Упражнение - «Шаг, бег, подскоки» для развития ритмических навыков и танцевальных движений. Смотрите видео и повторяйте за вашим ребёнком. https://www.youtube.com/watch?v=mlT377_OHVk</p> <p>2. Не забудьте похвалить, и предложите присесть отдохнуть и вспомнить песню «Ракета» с</p>	

сайтом <https://detskieradosti.ru/dir/1-1-0-83>

3. А если у ребёнка возникнет желание – исполните вместе с ним р. н. песню «Калинка» вместе с бурёнкой Дашей на сайте [«Яндекс.видео»](#).

По желанию можно поиграть в игру «Кто громче поёт?», «Кто лучше поёт?».

4. В заключение можно поиграть и провести музыкально-дидактическую видеоигру «Музыкальные зверята» в разделе музыкально-дидактические видеоигры сайта <https://muz-ruk-polazna.jimdofree.com> и отгадать, на каких музыкальных инструментах играют зверята.

Старшая группа

1. **Приветствие из Музыкально-ритмических движений. Закрепление «Боковой галоп» (самостоятельно и в паре).**

Пройдите по ссылке:

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11128603653433976896&text=%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE%20%D0%BC%D1%83%D0%B7%D1%8B%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE-%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5%20%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D0%BF%D1%80%D1%8F%D0%BC%D0%BE%D0%B9%20%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D0%BF%20%D0%B2%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%BC%20%D1%81%D0%B0%D0%B4%D1%83&path=wizard&parent-reqid=1587440895561726-598243819853643989600292-production-app-host-sas-web-yp-154&redircnt=1587440906.1>

Подарите ребёнку хорошее настроение, выполняя все движения вместе с ним.

2. **Домашний видеозал .**

Сегодня мы развиваем музыкальное восприятие с новым музыкальным произведением «Вальс игрушек» муз. Ю. Ефимов



Покажите ребёнку картинку. Спросите, кто на ней? Какой танец они танцуют?



https://www.youtube.com/watch?v=KopfGESysLc&list=PL1_MgWZQJ_RsTsuSE9G4wbO_deq0r2NPN&index=5&t=0s

Посмотрите видео и проведите беседу: Что в нём увидел ребёнок. Какой у вальса ритм? (пусть проговорит 1-2-3,1-2-3) Какая по характеру музыка?
Пусть попробует сам покружиться под ритм вальса.

Не забудьте похвалить ребёнка.

3. **А теперь можно распеться. Поможет нам распевка «Горошина»** (на развитие звуковысотного слуха).

Смотрите видео и выполняйте действия за голосом.

Вам поможет ссылка:

<https://www.youtube.com/watch?v=NsOhnp0Hm2c>

Вспоминаем песню «Раз, два, радуга» О. Хромушина под минусовое сопровождение

<https://hotplayer.ru/?s=%D1%80%D0%B0%D0%B7.%20%D0%B4%D0%B2%D0%B0%2C%20%D1%80%D0%B0%D0%B4%D1%83%D0%B3%D0%B0%20%28%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D1%83%D1%81%29>

1. С конопатым солнышком дождь играет в прятки.

В поле колокольчики звенят наперебой.

Скачет день весенний быстрою лошадкой,

Под цветастой радугой, под цветной дугой!

Припев: Раз, два – радуга! Раз, два – радуга!

На небе дорожку расстелила нам!

Раз, два – радуга! Раз, два – радуга!

Побывать бы там!

2. Как ворота радуга подпирает небо,

Небо разноцветное у нас над головой...

Словно на качелях, покататься мне бы

Вот на этой радуге, на радуге цветной!

	<p>3. <i>Солнечные зайчики прыгают по стёклам, Девочки и мальчики танцуют и поют. А посмотришь в небо: высоко – высоко, Как цветы волшебные, там радуги цветут!</i>”</p> <p>4. Сегодня уместным будет знакомство с новой песней по тематике выпускного.</p> <p>5. Замечательно! И закончим наше занятие ритмическим танцем «Ритмический оркестр». Нам понадобится простое детское ведёрко и палочки (или ложки). Помогите ребёнку в выполнении ритмического рисунка или поимпровизируйте. Придумайте свой рисунок. За основу можете взять это видео https://www.youtube.com/watch?v=chC_-jo7cmw</p>	
<p>2. Коммуникативная деятельность. (Развитие речи)</p>	<p>Тема: «Стихи Е.Серовой о цветах» Цель: закрепить представления о цветочных растениях. Закрепить знание о названиях цветов. Способствовать эмоциональному восприятию стихотворений.</p>	<p>Рекомендации: Просмотрите презентацию пройдя по ссылке https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2015/04/16/prezentatsiya-detskie-stihi-ekateriny-vasilevny Рассмотрите вместе с ребёнком изображения цветов, прочитайте любое стихотворение на выбор. Пусть ребёнок вспомнит, какие цветы цвели недавно? Обратите внимание ребёнка на нежность цветов, их красоту.</p>
<p>Пятница</p>		
<p>1. Двигательная деятельность.</p>	<p>1. Приседания.</p>	

Техника выполнения:

- ноги на ширине плеч, руки вытянуты вперед
- спина прямая
- пятки прижаты к полу
- выполнять от 10 до 20 раз в зависимости от физической подготовки ребенка

2. Отжимания.**Техника выполнения:**

- в зависимости от ширины положения рук вы можете выбирать 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 5 раз
- еще один вариант выполнения — плавно опуститься на пол в такой очередности — колени, таз, корпус, так же плавно нужно выходить вверх в исходное положение

3. Пресс.**Техника выполнения:**

- 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 7–10 раз

	<p>4. Лодочка.</p> <p>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 10 раз <p>5. Закидывание ног за голову.</p> <p>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 7–10 раз <p>ВАЖНО: во время занятий дома необходимо соблюдать питьевой режим — не более одного-двух глотков воды с периодичностью через два упражнения, всего в день ребенок должен выпивать полтора литра воды. Есть лучше за полтора-два часа до занятия и насытить пищу сложными углеводами. После занятия ребенку необходимо поесть, но не раньше, чем через 30–40 минут</p> <p>Зарядка для детей средней группы https://youtu.be/AKuouDBQtOY</p>		
<p>2. Изобразительная деятельность. (Лепка)</p>	<p>Тема: «Букет цветов»</p> <p>Цель: закреплять представление о цветочных растениях. Закрепить</p>	<p>Рекомендации: Пройдите по ссылке https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6287525334078721806&from=tabbar&parent-reqid=1589896195172289-1577173257762847848800326-production-app-host-man-web-ур-311&text=лепка+букет+цветов+в+средней+группе</p>	

	навыки работы с пластилином.	Выполните все рекомендации по уроку.	
--	---------------------------------	--------------------------------------	--