

UNITATEA DE ÎNVĂȚĂMÎNT: GRĂDINIȚA CU P.P. "CĂSUȚA CU POVEȘTI" ZALĂU

PROF. PENTRU ÎNV. PREȘCOLAR: Pop Daniela-Florentina

GRUPA: mică

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: "Cine sunt/suntem?"

TEMA SĂPTĂMÂNII: "Sănătoși și voioși"

DOMENIUL DE DEZVOLTARE:

Dezvoltarea fizică, a sănătății și igienei personale

DIMENSIUNI ALE DEZVOLTĂRII:



- Motricitate grosieră și motricitate fină în contexte de viață familiare
- Conduită senzorio-motorie, pentru orientarea mișcării
- Sănătate (nutriție, îngrijire, igienă personală) și practici privind securitatea personală

COMPORTEMENTE VIZATE:

- își coordonează mușchii în desfășurarea unor activități diversificate, specifice vârstei;
- participă la activități fizice variate, adecvate nivelului lui de dezvoltare;
- utilizează mâinile și degetele pentru realizarea de activități variate;
- își coordonează mișcările în funcție de ritm, cadență, pauză, semnale sonore, melodii;
- exersează, cu sprijin, respectarea unor principii de bază specifice unei alimentații sănătoase;
- manifestă deprinderi de păstrare a igienei personale;
- demonstrează abilități de autoprotecție față de obiecte și situații periculoase.

PROGRAMUL SĂPTĂMÂNII “SĂNĂTOȘI ȘI VOIOȘI”

Prof.pentru înv. preșcolar: POP DANIELA-FLORENTINA

LUNI	MARȚI	MIERCURI	JOI	VINERI
<p>Ascultă povestea “Bet și igiena” <u>AICI</u></p>	<p>Recunoaște obiecte de igienă personală Alege câteva obiecte de igienă personală (săpun, prosop, oglindă, pastă de dinți, perie de dinți etc), denumește-le și spune la ce folosesc.</p>	<p>Recită poezia “Prietenii curățeniei” Apa, mâna și săpunul, Numai trei, dar parcă-s unul. Spală-ntâi perechile: Ochii și urechile. Spală corpul jumătate Și pe față și pe spate. Bucuroasă, periuța Spală dinții uța, uța.</p>	<p> Pictează o batistă O foaie de formă pătrată, poate fi o batistă! Cu degetul arătător, pictează buline, flori sau tot ce dorești, cu orice culoare.</p>	<p>Fii artist Desenează imaginea jucăriei/jucăriilor preferate.</p>
<p>Dansează Dansează pe melodia “Dansează bughi-bughi”. <u>AICI</u></p> 	<p>Fă mișcare Execută trei exerciții diferite: mersul uriașului, mersul berzei, mersul piticului.</p>	<p>Aleargă printre obstacole Creează o zonă pentru alergat și așază 3-4 obstacole (scăunele, jucării de pluș etc), apoi aleargă printre ele.</p>	<p>Desfășoară jocul “Micii gimnaști” Parcurge o distanță de 3-4 m, cu pași mici (pe o linie trasată pe sol sau pe o sfoară colorată), cu brațele întinse lateral.</p>	<p>Cântă și dansează Cântă și execută mișcărilor sugerate de versurile jocului cu text și cânt “Dacă vesel se trăiește”. <u>AICI</u></p>
<p>Ascultă cântecelul “Mâinile ni le spălăm” <u>AICI</u></p>	<p>Folosește obiectele de igienă Piaptână-ți părul, spală-ți mâinile, dinții, folosește corect batista, privește-te în oglindă etc.</p>	<p>Desfășoară un joc de rol Desfășoară împreună cu un membru al familiei, jocul de rol “De-a doctorul”.</p>	<p>Mănâncă în culori Aranjează pe o farfurie fructe tăiate bucăți, creând un chip amuzant, apoi bucură-te mâncând diferite culori.</p>	<p>Gătește Împreună cu un membru al familiei, gătește desertul tău preferat.</p>