

**План мероприятий проведения «Недели здоровья»
в МБДОУ КДС «Ромашка»
05.04 - 09.04.2021г.**

Младший дошкольный возраст

День недели	Время	Мероприятия
<p><u>Понедельник</u> «Секреты здоровья» Цель: Формировать представление о здоровом образе жизни, вызывать эмоционально — положительные отношения к играм, спортивным упражнениям и соревнованиям, к занятиям физической культурой и спортом.</p>	<p>Утро</p> <p>Вторая половина дня</p>	<p>«Утро радостных встреч» - игра-беседа «Путешествие в страну Здоровья» Утренняя гимнастика Игры с мячом. Задачи: Напомнить детям правила поведения с мячом. Формировать умение действовать с мячом, упражнять в перебрасывание мяча друг другу, правой (левой) рукой, ловле мяча двумя руками. Упражнение «Аккуратно моем руки». Задачи: Формировать умение аккуратно мыть руки и лицо, не разбрызгивая воду. Воспитывать самоконтроль, осознанное отношение к внешнему виду. Чтение: К. Чуковский «Айболит» Рекомендации для родителей «Ум ребёнка на кончиках пальцев» (знакомство с упражнениями для развития мелкой моторики пальцев рук)</p>
<p><u>Вторник</u> «Сундучок доктора Айболита» Цель: формировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья. Удовлетворить потребность детей в двигательной активности.</p>	<p>Утро</p> <p>Прогулка:</p> <p>Вторая половина дня:</p>	<p>Утренняя гимнастика Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются» Рисование: «Мячик — главный наш спортсмен» Игра «Съедобное - несъедобное» - беседа о значении продуктов питания в жизни человека Дидактическая игра: Чудесный мешочек (предметы туалета) Прослушивание песни в записи «Кто пасется на лугу?» музыка А. Пахмутовой слова Ю. Черных Упражнение «Салфетки - наши помощники». Задачи: Учить детей пользоваться салфетками, показать удобство их использования в различных ситуациях. Подвижные игры по желанию детей. Подвижные игры: «Зайка-серенький», «Пузырь», «Самовар» Игра-развлечение «Есть у нас веселый мячик» Чтение сказки: С. Могилевская «Про Машеньку и зубную щетку» Индивидуальная беседа с родителями «Режим дня и его значение для здоровья ребенка»</p>
<p><u>Среда</u> «Витаминка в гостях у ребят» Цель: расширение знаний дошкольников о наличии витаминов во фруктах и овощах; создание условий для формирования у детей представлений о полезных продуктах на</p>	<p>Утро</p>	<p>Утренняя гимнастика Беседа «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу» Чтение С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала» Игровая ситуация «Культура поведения за столом». Задачи: Формировать у детей культурно-гигиеническим навыки. Учить соблюдать правила поведения за столом. Предложить рассмотреть и обыграть различные ситуации, рассказать, что неверно делают их герои, какие правила нарушают, почему это недопустимо. Упражнение «Чистюля». Задачи: Формировать у детей культурно-гигиенические навыки,</p>

	дня	<p>Закреплять навыки самообслуживания. Цель: продолжать развивать умение самостоятельно раздеваться в определенной последовательности. Практическая работа «Порядок в шкафчике». Задачи: Формировать у детей навыки самообслуживания, осознанное отношение к порядку, стремление его поддерживать. Учить наводить порядок в шкафчике, тактично предлагать помощь сверстникам. Работа с родителями: оформить папку-скоросшиватель «Потешки о гигиене»</p>
--	-----	---

Средний дошкольный возраст

День недели	Время	Мероприятия
<p><u>Понедельник</u> «Секреты здоровья» <i>Цель:</i> Формировать представление о здоровом образе жизни, вызывать эмоционально — положительные отношения к играм, спортивным упражнениям и соревнованиям, к занятиям физической культурой и спортом.</p>	<p>Утро</p> <p>Прогулка:</p> <p>Вторая половина дня:</p>	<p>Утренняя гимнастика Беседы «Мы дружим с физкультурой». Чтение К.И. Чуковского «Жил на свете человек»; Обсуждение «Как не попасть в скрюченный город» Закреплять навыки самообслуживания. Цель: продолжать развивать умение самостоятельно раздеваться в определенной последовательности. Чтение художественной литературы. Чтение художественной литературы Л. Гржибовская «Чисти зубки, руки мой!» Цель: Воспитывать у детей умение слушать новые стихи, следить за развитием сюжета в произведении; объяснять детям поступки персонажей и последствия этих поступков. Игровое упражнение: «Покажем Вини-Пуху, как вытирать руки и лицо полотенцем» Подвижная игра: «Кошки - мышки» Цель: бегать в определенном направлении не толкая друг друга, ходить на носках. Самостоятельная игровая деятельность детей. Упражнение «Носовые платочки». Задачи: учить детей правильно пользоваться носовым платком, следить за его состоянием, содержать его в чистоте и порядке. Трудовые поручения: ухаживаем за комнатными растениями. Задачи: Учить детей выполнять трудовые действия, связанные с мытьем растений, поддонов, наведением порядка в цветнике. Поощрять стремление приносить пользу, формировать культуру трудовой деятельности.</p>
<p><u>Вторник</u> «Сундучок доктора Айболита» <i>Цель:</i> формировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья. Удовлетворить потребность детей в двигательной активности.</p>	<p>Утро</p>	<p>Утренняя гимнастика Упражнение «Салфетки - наши помощники». Задачи: Учить детей пользоваться салфетками, показать удобство их использования в различных ситуациях. Дидактическая игра «Опасно - безопасно». Задачи: Упражнять детей в классификации предметов по признаку их опасности (безопасности), предложить пояснить, какую опасность они могут представлять для жизни и здоровья людей. Рассматривание иллюстраций, фотографий, картин о здоровье Заучивание пословиц, поговорок о здоровье Чтение художественной литературы Упражнение «Учимся следить за прической». Задачи: Формировать у детей культурно-гигиенические</p>

	<p>Прогулка:</p> <p>Вторая половина дня:</p>	<p>навыки, осознанное отношение к внешнему виду, привычку следить за прической. Учить соблюдать правила личной гигиены, содержать расческу в чистоте.</p> <p>Игры малой и средней подвижности: «Мышки в кладовой», «Весёлый стульчик», «Клубок». Цель: создание бодрого радостного настроения. Вызвать интерес к совместным играм, воспитание доброжелательных отношений детей друг к другу.</p> <p>Работа в уголке книги: знакомство с малыми фольклорными формами (инсценировка песенок о здоровье).</p> <p>Задачи: Развивать интерес к малым фольклорным формам, углублять знания о них. Формировать интонационную выразительность речи в процессе исполнения и обыгрывания потешек и песенок.</p>
<p><u>Среда</u></p> <p>«Витаминка в гостях у ребят»</p> <p>Цель: расширение знаний дошкольников о наличии витаминов во фруктах и овощах; создание условий для формирования у детей представлений о полезных продуктах на нашем столе; создание мотивации для детей и родителей на формирование здорового образа жизни.</p>	<p>Утро</p> <p>Прогулка</p> <p>Вторая половина дня:</p>	<p>Утренняя гимнастика (медсестра)</p> <p>Игра «Мяч по кругу» (дети встают в круг и под музыку передают друг другу мяч, музыка останавливается и у кого в руке мяч называет полезные для здоровья фрукт или овощ).</p> <p>Дидактическая игра «Что было бы, если бы...»</p> <p>Задачи: Предложить детям рассказать о том, как человек может беречь здоровье. Попросить продолжить фразу «Что было бы, если бы»). Развивать вербальное воображение, связную речь.</p> <p><i>Загадки с грядки.</i></p> <p>Самостоятельная двигательная деятельность.</p> <p>Задачи: Способствовать профилактике нервного перенапряжения, выявлять уровень сформированности умения самостоятельно организовывать подвижные игры.</p> <p>Малоподвижная игра: «Что растёт у нас в саду. Цель: обобщить и закрепить понятия «фрукты», характерные признаки фруктов</p> <p>Игровая ситуация «Культура поведения за столом».</p> <p>Задачи: Формировать у детей культурно-гигиеническим навыки. Учить соблюдать правила поведения за столом.</p> <p>Предложить рассмотреть и обыграть различные ситуации, рассказать, что неверно делают их герои, какие правила нарушают, почему это недопустимо.</p> <p>Консультации для родителей: «Безобидные сладости»</p>
<p><u>Четверг</u></p> <p>«Нам здоровье не купить, за ним нужно всем следить»</p> <p>Цель: Формировать представление о здоровом образе жизни, вызывать эмоционально-положительные отношения к занятиям физической культурой и спортом.</p>	<p>Утро</p>	<p>Утренняя гимнастика</p> <p>Беседа (медсестра): «Здоровым быть – себя любить!» (чем полезны зарядка, занятия спортом, игры на свежем воздухе, правильное питание, личная гигиена)</p> <p>Словесная игра «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем»</p> <p>Практическая работа «Порядок в шкафчике».</p> <p>Задачи: Формировать у детей навыки самообслуживания, осознанное отношение к порядку, стремление его поддерживать. Учить наводить порядок в шкафчике, тактично предлагать помощь сверстникам.</p> <p>Упражнение «Какое слово звучит не так?»</p> <p>Задачи: Развивать звуковую культуру речи, учить детей различать слова, близкие по звуковому составу, выбирать из ряда слов одно, наиболее отличающееся по звучанию от других, пояснять суть различий.</p> <p>Просмотр мультфильма из серии Смешарики: «Личная</p>

	<p>Прогулка</p> <p>Вторая половина дня</p>	<p>гигиена», «Ёжик и здоровье» Рассматривание иллюстраций, фотографий, картин о здоровье Заучивание пословиц, поговорок о здоровье Чтение художественной литературы КГН Цель: Формировать умение накрывать на стол к обеду: раскладывать ложки, расставлять хлебницы (без хлеба). Совершенствовать умение правильно держать ложку, есть второе блюдо, чередуя мясо с гарниром; закреплять умение самостоятельно засучивать рукава, не мочить при умывании одежду, мыть кисти и запястья рук, лицо, не разбрызгивать воду; формировать умение при раздевании перед сном вешать платье или рубашку на спинку стула, шорты, колготки аккуратно класть на сиденье. Трудовая деятельность: Приготовление корма для птиц вместе с воспитателем. Цели: приучать детей с помощью взрослых кормить птиц, развивать мелкую моторику, воспитывать желание участвовать в уходе за птицами Подвижная игра: «Птички в гнездышках» Цели: учить бегать не наталкиваясь, развивать память, внимание, быстроту движений, ориентировку в пространстве воспитывать внимательное отношение к сверстникам Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника». Задачи: Учить детей передавать в игре знакомые ситуации, выступать в роли врачей, медсестер, обслуживающего персонала, пациентов. Активизировать в речи и уточнить соответствующие понятия. Творческое задание для родителей «Собери пословицы о здоровье»</p>
<p>Пятница</p> <p>«Здоровым быть здорово!»</p> <p>Цель: Формировать представление о здоровом образе жизни, вызывать эмоционально — положительные отношения к играм, спортивным упражнениям и соревнованиям.</p>	<p>Утро</p> <p>Прогулка</p> <p>Вторая половина дня</p>	<p>Утренняя гимнастика Беседа «Буду делать хорошо!» <i>Задачи:</i> Формировать у детей понятие «положительные привычки», развивать способность к самоанализу. Формировать коммуникативные и здоровьесберегающие компетенции, связанные с общением в группе, поддержанием доброжелательных отношений, позитивного микроклимата. Подвижная игра: «Найди свое дерево». Цели: приучать детей бегать легко, не наталкиваясь друг на друга; быстро действовать по сигналу воспитателя, закреплять названия деревьев, развивать ориентировку в пространстве, внимание, быстроту воспитывать потребность в двигательной активности Индивидуальная работа: прыжки на двух ногах с продвижением Цели: учить прыгать на двух ногах с продвижением вперед, развивать двигательную активность, воспитывать положительное отношение к физическим упражнениям. Чтение художественной литературы. Чтение худ. литературы К. Чуковский «Федорино горе» Цель: Воспитывать у детей умение слушать новые стихи, следить за развитием сюжета в произведении; объяснять детям поступки персонажей и последствия этих поступков. Работа в уголке книги: обзорное знакомство с современными детскими журналами. Задачи: Продолжать знакомить детей с современной детской периодикой, ее содержанием, оформлением. Формировать элементы художественно-творческих компетенций читателя,</p>

слушателя
Оформление папки передвижки для родителей «Здоровый образ жизни дошкольника»

Старший дошкольный возраст

День недели	Время	Мероприятия
<p><u>Понедельник</u> «Секреты здоровья» Цель: Формировать представление о здоровом образе жизни, вызывать эмоционально — положительные отношения к играм, спортивным упражнениям и соревнованиям, к занятиям физической культурой и спортом.</p>	<p>Утро</p> <p>Прогулка</p> <p>Вторая половина дня</p>	<p>Утренняя гимнастика Беседа: «В здоровом теле - здоровый дух» Рассматривание иллюстраций, наглядного материала, энциклопедий и журналов «Здоровье», «ЗОЖ», «Здоровячок». Чтение стихотворения Е. Одинцовой «Здоровье - это ценность и богатство...» Загадки о здоровье Сюжетно - ролевая игра: «Поликлиника» Наблюдение: одежда взрослых и детей. Задачи: Систематизировать знания детей о верхней одежде, предложить ребятам рассказать, почему важно одеваться по погоде, как одежда защищает от холода. Консультации для родителей: «Закаляемся правильно»</p>
<p><u>Вторник</u> «Сундучок доктора Айболита» Цель: формировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья. Удовлетворить потребность детей в двигательной активности.</p>	<p>Утро</p> <p>Прогулка:</p> <p>Вторая половина дня</p>	<p>Утренняя гимнастика «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» Цель: дать знания о значимости зарядки для здоровья детского организма, заинтересовать детей выполнением упражнений, вызвать положительные эмоции. Беседа на тему «Профилактика инфекционных заболеваний весной». Задачи: Раскрыть причину некоторых заболеваний, вызванных несоблюдением санитарно-гигиенических правил. Формировать представления детей о значении гигиенических процедур для здоровья, о мерах профилактики инфекционных заболеваний Упражнение «Салфетки - наши помощники». Задачи: Учить детей пользоваться салфетками, показать удобство их использования в различных ситуациях. Дидактические, развивающие игры и упражнения Опытно-исследовательская деятельность Организация подвижных и народных игр на воздухе Работа в уголке книги: знакомство с малыми фольклорными формами (инсценировка песенок о здоровье). Задачи: Развивать интерес к малым фольклорным формам, углублять знания о них. Формировать интонационную выразительность речи в процессе исполнения и обыгрывания потешек и песенок.</p>
<p><u>Среда</u> «Витаминка в гостях у ребят» Цель: расширение знаний дошкольников о наличии витаминов во фруктах и овощах; создание условий для формирования у детей</p>	<p>Утро</p>	<p>Утренняя гимнастика Беседа «Витамины укрепляют организм» - закрепить знания детей о необходимости наличия витаминов в организме человека, о пользе продуктов, в которых содержатся витамины. Воспитывать желание быть здоровыми. Дидактические игры: «Польза и вред» Продуктивная деятельность: нетрадиционное рисование «Вредные микробы» Настольно - печатные игры: «Витаминное лото» Игра «Мяч по кругу» (дети встают в круг и под музыку</p>

<p>представлений о полезных продуктах на нашем столе; создание мотивации для детей и родителей на формирование здорового образа жизни.</p>	<p>Прогулка</p> <p>Вторая половина дня:</p>	<p>передают друг другу мяч, музыка останавливается и у кого в руке мяч называет полезные для здоровья фрукт или овощ). Дидактическая игра «Что было бы, если бы...» Задачи: Предложить детям рассказать о том, как человек может беречь здоровье. Попросить продолжить фразу «Что было бы, если бы»). Развивать вербальное воображение, связную речь. П/игра «Найди что спрячу» - формировать умение ориентироваться в пространстве. Д/игра «Съедобное – несъедобное» (с мячом) -формирование внимания, развитие умения выделять главные, существенные признаки предметов. Театрализованная игра: «Доктор Пиллюлькин и его друзья» Цель: Через зрелищное представление, используя стендовый тип кукольного театра, познакомить детей с полезными продуктами, привычками; умение заниматься спортом, воспитать осознанное отношение к необходимости употреблять в пищу ягоды и фрукты.</p>
<p><u>Четверг</u> «Нам здоровье не купить, за ним нужно всем следить» Цель: Формировать представление о здоровом образе жизни, вызывать эмоционально — положительные отношения к занятиям физической культурой и спортом.</p>	<p>Утро</p> <p>Прогулка</p> <p>Вторая половина дня:</p>	<p>Утренняя гимнастика «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» Беседа на тему «Опасные поступки». Умей сказать «Нет!» Задачи: Учить детей общаться с незнакомыми взрослыми, оказывать сопротивление давлению со стороны старших приятелей и ровесников, если те пытаются вовлечь их в опасные ситуации. Работа в уголке книги: знакомство с малыми фольклорными формами (инсценировка песенок о здоровье). Задачи: Развивать интерес к малым фольклорным формам, углублять знания о них. Формировать интонационную выразительность речи в процессе исполнения и обыгрывания потешек и песенок. Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника». Задачи: Учить детей передавать в игре знакомые ситуации, выступать в роли врачей, медсестер, обслуживающего персонала, пациентов. Активизировать в речи и уточнить соответствующие понятия. Игры с мячом. Задачи: Напомнить детям правила игр с мячом. Формировать умение действовать с мячом, упражнять в перебрасывание мяча друг другу, правой (левой) рукой, ловле мяча двумя руками. «Книжечка больница» (отбор материала для лечения «больных» книг, ремонт книг Дидактическая игра «Опасно - безопасно». Задачи: Упражнять детей в классификации предметов по признаку их опасности (безопасности), предложить пояснить, какую опасность они могут представлять для жизни и здоровья людей.</p>
<p><u>Пятница</u> «Здоровым быть здорово!» Цель: Формировать представление о здоровом образе жизни, вызывать эмоционально — положительные</p>	<p>Утро</p>	<p>Утренняя гимнастика «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» Цель: дать знания о значимости зарядки для здоровья детского организма, заинтересовать детей выполнением упражнений, вызвать положительные эмоции. Беседа (медсестра): Здоровым быть – себя любить!» (чем полезны зарядка, занятия спортом, игры на свежем воздухе, правильное питание, личная гигиена) Практическая работа «Порядок в шкафчике». Задачи: Формировать у детей навыки самообслуживания,</p>

<p>отношения к играм, спортивным упражнениям и соревнованиям.</p>	<p>Прогулка</p> <p>Вторая половина дня</p>	<p>осознанное отношение к порядку, стремление его поддерживать. Учить наводить порядок в шкафчике, тактично предлагать помощь сверстникам.</p> <p>Подвижные игры: «Кто лучше прыгнет», «Хитрая лиса» - развивать ловкость, быстроту бега, внимание.</p> <p>Работа в уголке книги: обзорное знакомство с современными детскими журналами.</p> <p>Задачи: Продолжать знакомить детей с современной детской периодикой, ее содержанием, оформлением. Формировать элементы художественно-творческих компетенций читателя, слушателя.</p> <p>Консультации для родителей: «Закаляемся правильно»</p>
---	--	--