

ПЛАН
мероприятий на
«Неделю Здоровья»
муниципального бюджетного
дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад
комбинированного вида
№ 162»

ПОНЕДЕЛЬНИК

Тема дня: «Как устроен человек? »

Цели дня: Ознакомить детей с тем. Как устроено тело человека. Уточнить знания детьми названий и местоположения разных органов чувств и частей тела у себя. Здоровье и болезнь.

- Утренняя гимнастика «Если хочешь быть здоров»
- Беседа «Я и моё тело» (Дать ребенку знание о себе, о своем теле, росте и весе.
- Измерение роста и веса детей.
- Дыхательная гимнастика «Вырасту большой»
- Самомассаж «Лепим лицо»
- Рассматривание плаката «Строение тела человека»
- Беседа «Здоровье и болезнь» (Научить детей заботиться о своем здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.)
- Продуктивная деятельность (лепка, рисование) «Человек»
- Презентация: «Как устроен человек? » — старшая, подготовительная группа
- Чтение художественной литературы К. И. Чуковский «Айболит»
- Сюжетно-ролевая игра «Больница»
- Дидактическая игра «Узнай по описанию»

ВТОРНИК

Тема дня: «Мойдодыр»

Цели дня: формирование представлений о правилах личной гигиены, дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробы и вирусы)

- Утренняя гимнастика «Рано утром умываюсь... »
- Беседа «Микробы и вирусы»
- Д/и «Предметы личной гигиены», «Небылицы от Незнайки»
- Разучивание потешек, отгадывание загадок.
- Пальчиковая гимнастика «Моем руки чисто-чисто»
- Чтение художественной литературы «Девочка чумазная», К. И. Чуковский «Мойдодыр»
- Продуктивная деятельность «Микробы»
- Игра-эстафета «Собери мусор»
- Совместная игра «Как я помогаю маме»
- Беседа «Чтоб кусался зубок» (Познакомить детей со строением зубов, способами ухода за ними).
- Беседа по плакатам «Личная гигиена»

СРЕДА

Тема дня: «Здоровое питание. Витамины».

Цели дня: 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.

- Утренняя гимнастика «Во саду ли в огороде»

- Беседа «Витамины и полезные продукты» (рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека)
- Разучивание стихотворений, отгадывание загадок
- П/и – эстафета «Витаминная семья»
- Дыхательная гимнастика «Каша кипит»
- Продуктивная деятельность «Овощи и фрукты – полезные продукты»
- Инсценировка по стихотворению Ю. Тувима «Овощи»
- Д/и: «Полезная и вредная еда»

ЧЕТВЕРГ

Тема дня: «Физкульт-ура! »

Цели дня: формирование устойчивой привычки к режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию

.- Утренняя гимнастика «Со спортом дружим мы всегда»

- П/и – эстафеты с участием родителей
- П/и: «Ловишки с ленточками», «Веселый шнурок»
- Закаливающий массаж стоп «Поиграем с ножками»
- Выставка рисунков о спорте.

ПЯТНИЦА

Тема дня: «Я здоровье берегу»

Цели дня: формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни; прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию;

- Утренняя гимнастика «Здоровью скажем – да! »
- Д/и: «Путешествие в страну здоровья»
- Спортивный досуг «Веселые мячи»
- Д/и «Если малыш поранился»
- Интегрированная образовательная деятельность «Отправляемся в полет, приключение нас ждет» (старшая группа)
- Презентация «У здоровья есть враги, с ними дружбы не води» Дети умеют выполнять основные, культурно-гигиенические правила; понимают значимость физических упражнений для здоровья; умеют оценивать полезность продуктов и блюд в ежедневном рационе.
- Выставка рисунков «Овощи и фрукты — полезные продукты».
- Выставка рисунков «Мы со спортом крепко дружим»
- Выставка рисунков «Микробы».