

«Неделя здоровья»

Составила воспитатель Кузнецова Т.В.

Цели: Создание максимально благоприятных условий для укрепления гармоничного физического развития ребёнка. Формирование потребности в здоровом образе жизни.

Задачи: Задачи оздоровительного направления:

1. Формирование правильного отношения детей к физкультурным занятиям, мероприятиям.
2. Формировать на доступном уровне необходимые знания в области гигиены, медицины, физической культуры.
3. Формирование у детей жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья.

Задачи воспитательного направления:

1. Способствовать проявлению разумной смелости, решительности, уверенности в своих силах с помощью подбора физических упражнений.
2. Создать условия для выполнения физических упражнений, направленных на преодоление трудностей физического характера, терпение и выносливость.
3. Влиять на формирование чувства прекрасного, способствовать гармоническому, пропорциональному развитию тела, стойкости, формированию осанки, грациозности и уверенности в движениях.
4. Создать условия для проявления положительных эмоций.

Задачи образовательного направления:

1. Организовать процесс обучения в естественных условиях и обстоятельствах.
2. Создать условия для самостоятельного познания окружающей действительности в двигательной сфере с помощью собственных усилий ребенка.
3. Формировать и совершенствовать новые двигательные умения и навыки.

Понедельник

Первая половина дня:

- 1.Беседа о здоровом образе жизни.
- 2.Артикуляционная гимнастика.
- 3.Комплекс утренней гимнастики.
- 4.Подвижные игры на свежем воздухе: «Передай – встань», «Так можно, так нельзя»(Запрещённое движение) М.М.Конторович «Подвижные игры в детском саду»

Вторая половина дня:

- 1.Пальчиковая игра «Кто построил птичке домик» (с элементами развития речи).
- 2.Упражнения для предупреждения плоскостопия.
- 3.Загадки о предметах личной гигиены, «витамины на грядке»

Вторник:

Первая половина дня:

- 1.Упражнения за столом: «Червячки за столом», «Бегают человечки» , «пальчики танцуют» , «Кулак –кольцо».
- 2.Артикуляционная гимнастика (см. буклет).
- 3.Утренняя гимнастика.
- 4.Подвижные игры на свежем воздухе: «Мышеловка», «Два мороза». М.М. Конторович «Подвижные игры в детском саду».

Вторая половина дня:

- 1.Гимнастика для глаз «Весёлая семейка» совместно с самомассажем кистей и пальцев рук, ушных раковин.
- 2.Игры малой подвижности: «Найди, где спрятано», «Кто ушёл?» М.М.Конторович «Подвижные игры в детском саду».
- 3.Рассматривание книг и иллюстраций на тему «Здоровье».

Среда:

Первая половина дня:

- 1.Артикуляционная гимнастика (см. буклет).
- 2.Утренняя гимнастика.
- 3.Дидактическая игра «Скорая помощь» В.А.Недоспасова «Растём играя».
- 4.Чтение худ. литературы на тему «Здоровье» («Мойдодыр» и др.)
- 5.Игры на воздухе «Угадай, что делали», «не попадись» М.М.Конторович «Подвижные игры в детском саду».

Вторая половина дня:

- 1.Игровой стрейчинг.
- 2.Театрализованная деятельность «Мойдодыр».

3.Игры с мячом и кеглями.

Четверг

Первая половина дня:

- 1.Комплекс упражнений формирующих правильную осанку.
- 2.Артикуляционная гимнастика с добавлением игр на развитие речевого аппарата («Найди общий звук», «Найди лишнее слово» И.А.Кравченко.
- 3.Комплекс утренней гимнастики.
- 4.Подвижные игры на свежем воздухе: «Спрячь руки за спину» (ловишки), «Чья колонна быстрее соберётся» М.М.Конторович «Подвижные игры в детском саду».

Вторая половина дня:

- 1.Гимнастика пробуждения «Улетают сны в окошко».
- 2.Закаливание носоглотки: полоскание рта и горла. Игра «Волшебный напиток».
- 3.Упражнения на шведской стенке.
- 4.Дидактические игры «Скажи по-другому», «Закончи предложение» А.К.Бондаренко «Дидактические игры в детском саду».

Пятница

Первая половина дня:

- 1.Закаливающие упражнения: игра «Я – массажист».
- 2.Артикуляционная гимнастика, совмещённая с комплексом утренней гимнастики.
- 3.Развлечение «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» (см. Приложение)
- 4.Подвижные игры на воздухе: «Береги руки», «Найди и промолчи» М.М.Конторович «Подвижные игры в детском саду».

Вторая половина дня:

- 1.Комплекс гимнастики пробуждения («велосипед», «ножницы» и др.).Совмещаем с хождением по следочкам и коврикам с пуговичками.
- 2.Упражнение на предупреждение плоскостопия (с использованием тренажёра)
- 3.Игра «По дороге сказок»