Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №11 «Солнышко»

Республика Адыгея, Красногвардейский район, с. Белое

**Тематическая неделя здоровья « Пять спортивных дней для детей!» в МБДОУ №11 «Солнышко» с 22.04 по 26.04.2024 г.**

Воспитатель

Цалкосова В.С.

Неделя здоровья в детском саду проводится для укрепления здоровья детей, развития двигательной культуры, приобщения детей и родителей к здоровому образу жизни, воспитания в детях таких качеств как упорство, сила воли, умения преодолевать препятствия, умения побеждать и проигрывать, желания оказывать помощь.

Цель: пропаганда среди воспитанников ДОУ и их родителей приоритетов здорового образа жизни, развития интереса к физической культуре и спорту.

Задачи:

* Учить детей оценивать и прогнозировать свое здоровье;
* Формировать навыки ухода за телом, создавать условия для закаливания;
* Выработать привычку к утренней зарядке;
* Расширить знания о витаминах, полезных и вредных продуктах питания.

Участники: дети подготовительной группы, воспитатели, родители воспитанников.

Ожидаемые результаты:

* Дети имеют простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (соблюдение режима, правильное питание, гигиена, физические упражнения);
* Активизация словаря по теме;
* Приобретенные навыки помогают осознанно выбрать здоровый образ жизни;
* Повышается заинтересованность родителей в ведении здорового образа жизни своей и ребенка.

 **ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ**

**НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ**

**«Пять спортивных дней для детей!»**

|  |
| --- |
| **ЕЖЕДНЕВНАЯ РАБОТА В ГРУППЕ:** * Ритмическая утренняя гимнастика;
* Профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, зрительная, профилактика плоскостопия);
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья» в группе;
* Игровой самомассаж ушных раковин, пальчиковая гимнастика;
* Закаливающие процедуры;
* Музыкотерапия (утренний прием, пробуждение), минуты тишины, музыкальное оформление фона занятий;
* Утренний прием детей в нестандартной форме: преодоление полосы препятствий.
 |
| **Тема дня, девиз** | **Цель** | **Содержание деятельности** | **Итоговое мероприятие** |
| **Понедельник** **«Друзья спорта»***«Я и дома и в саду с физкультурою дружу»* | расширять знания детей о культуре гигиены; формировать положительное отношение к здоровому образу жизни. | **Беседа:** «Здоровый образ жизни»**Просмотр мультфильмов и чтение художественной литературы:** Э.Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду». Азбука здоровья (Смешарики) **Дидактические, речевые, сюжетно-ролевые игры** – «спортивный калейдоскоп»**Самостоятельная игровая деятельность** в центрах активности и творчества  | **Детские работы из пластилина на тему дня**  |
| **Вторник** **«Веселые старты»***«Если хочешь быть здоров-закаляйся!»* | Способствовать становлению у детей ценностей здорового образа жизни: закаливающие процедуры очень полезны для здоровья человека. | **Итоговое спортивное развлечение****Занятие-беседа** «Чтоб здоровым быть всегда, нужно закаляться!» **Чтение художественной литературы** С.Михалков «Про мимозу», М.Витковская «О том как мальчуган здоровье закалял». Подвижные, спортивные игры, игры-эстафеты в группе и на свежем воздухе. **Самостоятельная игровая деятельность** в центрах активности и творчества | **Подведение итогов конкурса на самое чистое место за столом** |
| **Среда****«Станция Витаминная»***«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!»*  | Расширять знания детей о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в разных продуктах. | **Беседа:** «Здоровым быть хочу – с полезными продуктами дружу!»Загадывание загадок о спорте, правильном питании.**Игра** «Угадай Витамин!»В жизни нам необходимо очень много витаминовВсех сейчас не перечесть, нужно нам побольше естьМясо, овощи и фрукты – натуральные продукты!(дети с закрытыми глазами пробуют овощи и фрукты, стараются узнать их по вкусу, вспоминаем какие витамины в них содержатся)**Чтение художественной литературы:** З. Александрова «Большая ложка»Подвижные, спортивные игры, игры-эстафеты в группе и на свежем воздухе. **Самостоятельная игровая деятельность** в центрах активности и творчества | **Закрепление знаний о витаминах «Витаминная викторина»** |
| **Четверг «Лесная аптека на пользу человеку»***«Если хочешь быть здоровым – вовремя лечись!»* | Продолжать знакомить детей с лекарственными растениями, вспоминать их пользу для человека. |  **Беседа:** Народная медицина, лекарственные растения. **Подвижные игры:** «Одуванчик», «Ромашка», «Собери клюкву».Разучивание пословиц и поговорок о здоровом образе жизни.**Игры на свежем воздухе:** «Скакалочка», «классики», «Мы танцоры!»**Чтение художественной литературы:** Н.Найденова «Наши полотенца»**Самостоятельная игровая деятельность** в центрах активности и творчества | **Подведение итогов соревнования «Быстрая скакалка»** |
|  **Пятница «Умники и умницы»** | Подведение итогов недели здоровья, обобщение и закрепление полученных знаний. | **Беседы**: Правильное питание.**Викторина** «Умники и Умницы»**Коллективно – творческое дело**«Корзина с полезными продуктами». **Чтение художественной литературы:** Г.Зайцев «Приятного аппетита» | **Составление картины «Корзина с полезными продуктами»** |