

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ "ОСЕННЯЯ НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ" (старшая, подготовительная группа)

С 21 по 25 октября 2020 года

| <i>День недели</i> | <i>Утро:</i> | <i>Музыкальное, физкультурное занятие</i> | <i>Прогулка:</i> | <i>Вторая половина дня:</i> |
|--|--|---|---|--|
| Понедельник: "День чистюль" | <ul style="list-style-type: none"> • Прием детей и утренняя гимнастика на улице (учитывая погодные условия) • Дидактическая игра-аттракцион "Вымой чисто руки товарищу"; организация трудовой деятельности "Красиво сервируем стол". | МУЗЫКАЛЬНОЕ, ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ «Я бегу быстрее ветра» "Музыка здоровья" <i>(по расписанию муз. Руководит.)</i> Открытие НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ Физкультурное занятие на улице «Хочешь быть здоровым – бегай!» | <ul style="list-style-type: none"> • Игры с бегом: "Быстро возьми, быстро положи"; • игры с прыжками: "Лягушки и цапли"; • игры с бросанием и ловлей - "Кого назвали - тот и ловит". | Вечер народных подвижных игр: "Ловишка в кругу", "Черное - белое", и др. |
| Вторник: "В сказку за здоровьем" | <ul style="list-style-type: none"> • Конкурс на звание "Самый чистый и опрятный". • Разучивание дыхательного упражнения "Радуга - обними меня", выполнение точечного массажа. | ДЕНЬ МЯЧА И СКАКАЛКИ Спортивные занятия на улице «Быть здоровым – это классно!» | <ul style="list-style-type: none"> • Уборка территории участка. • Наблюдения за погодой (небом, облаками, ветром) | Дидактическая игры: 1. "Спортивное лото", 2. "Одень и собери спортсмена к соревнованиям". |
| Среда: "Я и дома и в саду с физкультурой дружу" | <ul style="list-style-type: none"> • Беседа на тему "Моя семья и физкультура", игры "Станьте прямо", «Сделай фигуру». • Разучивание речовок, песен на спортивную тематику, стихотворений, загадок. | ДЕНЬ ПЛАВАНИЯ Поездка в бассейн, соревнования на воде «Кто первый!» | Игры с бегом: "Кто быстрее", "Хитрая лиса", "У Маланьи ", "Сбей кеглю", "Прятки". | <ul style="list-style-type: none"> • Встреча с доктором Айболитом - театральное представление (тема формирование гигиенических навыков). • Беседа с родителями - консультация "Красивая осанка - залог здоровья". |
| Четверг: "Вместе весело шагать!" | Оздоровительный бег на территории детского сада (2младшая, средняя группа) 150м., (старшая, подготовительная группа) 500 м дыхательная гимнастика и точечный массаж. | ДЕНЬ СИЛЫ И ЛОВКОСТИ «Спортивный батл – я здоровье берегу, я спортсменом стать хочу" Спортивные соревнования на улице | Разгадывание кроссвордов; изготовление пособий - панно для игр с маленьким мячом: "Парашютисты", дид./игра "Плывет, едет, скачет". | <ul style="list-style-type: none"> • Чтение глав из книги "Как стать Неболейкой". • Анкетирование родителей на тему "Как вы занимаетесь физкультурой дома?". • Рисование: "Мама, папа, я - спортивная семья". |
| Пятница: "В здоровом теле - здоровый смех!" | Беседа об Олимпийских играх Закрытие НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ | Спортивная игра «Зарница» Пеший туристический поход на лыжную базу "Солнышко смеется" | <ul style="list-style-type: none"> • Игры с бегом: "Кролики", "По ровненькой дорожке", "Бегите к флажку", "Попади в круг". • Коллективные игры "Один за всех и все за одного". | <ul style="list-style-type: none"> • Дидактические игры: "Угадай вид спорта", "Спортивное домино", "Одень спортсменов перед соревнованием", • настольные игры: "Футбол", "Шашки". |

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ "ОСЕННЯЯ НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ" (младшие группы)

С 21 по 25 октября 2020 года

| <i>День недели</i> | <i>Утро:</i> | <i>Музыкальное, физкультурное занятие</i> | <i>Прогулка:</i> | <i>Вторая половина дня:</i> |
|---|---|---|--|---|
| Понедельник: "День чистюль" | <ul style="list-style-type: none"> Прием детей и утренняя гимнастика на улице (учитывая погодные условия) Дидактическая игра: "Одень куклу на прогулку"; игра-беседа, посвященная закреплению знаний о личной гигиене "Путешествие в страну Здоровья". | <p align="center">ДЕНЬ БЕГА «САМЫЙ БЫСТРЫЙ»</p> <p>"Музыка здоровья" (по расписанию муз. Руководит.)</p> <p>Открытие НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Оздоровительный бег на территории детского сада (2младшая, средняя группа) 150м., Физкультурное занятие - "Быстрые ноги, ловкие руки" | <ul style="list-style-type: none"> Игры с бегом: "Самолеты"; игры с прыжками: "Зайцы и волк"; игры с бросанием и ловлей - "Брось - поймай", на ориентировку "Кто ушел?" | Рассказывание воспитателем произведения С. Маршака "Мойдодыр". |
| Вторник: "В сказку за здоровьем" | <ul style="list-style-type: none"> Прием детей и утренняя гимнастика на улице (учитывая погодные условия) подвижные игры - "Лошадки", "самолеты". | <p align="center">ДЕНЬ МЯЧА И СКАКАЛКИ</p> <p>Спортивные занятия на улице «Быть здоровым – это классно!»</p> | <ul style="list-style-type: none"> Уборка территории участка. Наблюдения за погодой (небом, облаками) самостоятельная двигательная деятельность. | Спортивные игры с мячом "Мой веселый звонкий мяч". |
| Среда: "Я и дома и в саду с физкультурною дружу" | <ul style="list-style-type: none"> Беседа на тему "Моя семья и физкультура", игры "Станьте прямо", «Сделай фигуру». разучивание пальчиковой гимнастики "Наши пальцы дружно в ряд" (Картушина стр.14). | <p align="center">ДЕНЬ СПОРТА И ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ</p> <p>Спортивные соревнования на улице (2младшая, средняя группа) «Кто первый!» (метание, прыжки)</p> | Игры с бегом: "Цветные автомобили", "Лиса в курятнике", "Котята и щенята", "Сбей кубик", "Прятки". | Встреча с доктором Айболитом - театральное представление (тема <i>формирование гигиенических навыков</i>). Беседа с родителями - консультация "Красивая осанка - залог здоровья". |
| Четверг: "Вместе весело шагать" | Хоровод, игра по желанию детей; дыхательное упражнение "Сдуй листочек". | <p align="center">ДЕНЬ СИЛЫ И ЛОВКОСТИ</p> <p>«Спортивный батл – я здоровье берегу, я спортсменом стать хочу" Спортивные соревнования на улице</p> | Игры с бегом: "Сбей кеглю", "Найди свой цвет", "Мыши в кладовой". | <ul style="list-style-type: none"> Просмотр мультфильма "Федорино горе". Анкетирование родителей на тему "Как вы занимаетесь физкультурой дома?" |
| Пятница: "В здоровом теле - здоровый смех!" | Беседа об Олимпийских играх рассматривание фотоальбома подготовительной группы "Спортивный календарь". | <p align="center">Спортивная игра «Зарница»</p> <p>Пеший туристический поход на спортивную площадку. Игры с бегом: "Кролики", "По ровненькой дорожке", "Бегите к флажку", "Попади в круг".</p> <ul style="list-style-type: none"> Самостоятельная двигательная деятельность. | <ul style="list-style-type: none"> Игры с бегом: "Кролики", "По ровненькой дорожке", "Бегите к флажку", "Попади в круг". Коллективные игры "Один за всех и все за одного". | <ul style="list-style-type: none"> Дидактические игры: "Угадай вид спорта", "Спортивное домино", "Одень спортсменов перед соревнованием", настольные игры: "Футбол", "Шашки". |

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ "НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ"

(осенний период) Младший дошкольный возраст

1 - день "Нет вкуснее яблок спелых" Утро: Прием детей на участке. Игры: "Раз, два, три ко мне беги". Ежедневная утренняя гимнастика с элементами дыхательной гимнастикой и точечным самомассажем. Прогулка: игры с бросанием и ловлей, рассматривание иллюстраций с плодовыми деревьями (груша, яблоня, айва, слива и т.д.), д/и "Где, что растет?", игра "Прятки". Разучивание игры-считалки: "Катилось яблоко мимо сада, Мимо града, Кто подымет, тот и выйдет". Вторая пол. дня: просмотр мультфильма "Мешок яблок". Игры с лазанием "Сорви яблочко".

2 - день "Волшебный шиповник". Утро: Беседа на тему "Витамины растут у нас". Развлечение: "Волшебный шиповник" с чаепитием - витаминный чай с шиповником. Прогулка: самостоятельная двигательная деятельность. Вторая под. дня: просмотр кукольного театра "Как козел Мефодий огород охранял".

3 - день "Капустник. Мы пойдем в огород - там капуста растет ". Утро: разучивание хоровода "Мы пойдем в огород - там капуста растет ... " Прогулка: пешеходная прогулка на дачу (огород) сбор капусты, беседа о капусте (какие витамины, как можно приготовить). Вторая пол. дня: рисование на тему: "Ух-ты! Капуста!", чаепитие с пирожками капустными. Выставка рисунков.

4 - день "Урожай собирай и здоровье укрепляй". Утро: игра "По ровненькой дорожке ... ", рассматривание картинок, альбомов о спорте. Просмотр праздника в старших группах. Прогулка: игры на спортивной площадке - "Бегите к флажку", "Попади в круг", "Кролики", "Гости в огороде", "Сбор урожая". Вторая пол. дня: Сбор осенних букетов, хороводная игра "Гости в огороде".

5 - день "День народных рецептов". Утро: подвижная игра "Сбор ягод и грибов", дид/ игра "Подарки Осени". Прогулка: народные игры "У Маланы, у старушки ... ", "Казачок", "Удочка". Вторая пол. дня: "Лесная дискотека" - музыкально-физкультурное развлечение.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ "НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ"

(осенний период) Старший дошкольный возраст

1 - день "Нет вкуснее яблок спелых" Утро: оздоровительный бег по территории детского сада. Беседа на тему: "Чем полезны яблоки". Прогулка: игры на спортплощадке "Ловишка за кругом", "Удочка", "Бегите к флажку", "Попади в цель". Вторая пол. дня: вечер народных игр: "Покатилось яблочко...", "Казачок"

2 - день "Волшебный шиповник". Утро: беседа на тему: "Как уберечься от простуды?", игры-загадки: "Угадай, что это?", "Зеркало". Физкультурно-оздоровительное занятие: "Путешествие на необитаемый остров" Прогулка: дид/игры "Такие разные кустарники", "Одень спортсмена"; настольные игры: "Футбол", "Шашки". Вторая пол. дня: беседы за чаепитием из шиповника, чтение из энциклопедии на тему "Как люди в старину спасались от простуды".

3 - день "Капустник. Мы пойдем в огород - там капуста растет ". Утро: разучивание речевок и девизов на спортивную тематику, комплекс самомассажа БАТ № 1, разучивание народной хороводной игры "Капустонька". Прогулка: игр/упр. "Что можно приготовить из капусты?" (сюжетная игра "Поварята"; пешая прогулка в парк подвижные игры: "Лягушки и цапли", "Кто первый?", "Быстро возьми - быстро положи", "Кого назвали, тот и ловит". Вторая пол. дня: вечер - посиделки "Такая вот капуста", чаепитие с пирожками капустными (повторение частушек о капусте, стихов, хоровода).

4 - день "Урожай собирай и здоровье укрепляй". Утро: оздоровительный бег по территории детского сада, дид/ игра "Подарки Осени" Физкультурно-оздоровительное занятие: "Поможем бабушке - Загадушке" Прогулка: самостоятельная двигательная деятельность. Вторая пол. дня: выставка работ "Дары осени", дид/игра "Угадай вид спорта", "Где, что, растет?", "Одень спортсмена". I

5 - день "День народных рецептов". Утро: подвижная игра "Сбор ягод и грибов", игра на внимание "плывет, едет, скачет". Физкультурное развлечение: "Лесная аптека" Прогулка: дид/игра "Найди по описанию", игра "Наш домашний доктор". Вторая пол. дня: составление и оформление газеты из принесенных рецептов на тему: "А мы дома готовим так"; игры по желанию детей.