

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Керчи республики Крым  
«Детский сад комбинированного вида № 11 «Ручеёк»

# Неделя здоровья

## для детей старшей группы



Составил:  
воспитатель Бородина Н.Ю

День	<b>понедельник</b> Тема: «Что такое здоровье?»	<b>вторник</b> Тема: «Мы порядком дорожим – соблюдаем свой режим».
<b>1 половина дня</b>		
НОД (непосредственно образовательная деятельность)	<p>«Физ. развитие» «Путешествие в Спортландию» «Познание», Беседа «Я здоровье берегу – космонавтом быть хочу». Цель: Способствовать формированию основ здорового образа жизни.</p>	<p>«Художественно-эстетическое развитие» « Я делаю зарядку» (лепка). Цель: Формировать умение передавать строение фигуры человека, изменение положения рук во время упражнений. « Музыка здоровья».</p>
в режимных моментах	<p>«Физ. развитие» Утренняя гимнастика с включением босохождения.</p>	<p>«Физ. развитие» Самомассаж ушных раковин.</p>
самостоятельная деятельность	<p>«Познание», «Физ. развитие» Д.и. «Полезно - вредно». Цель: Закреплять представления детей о полезных и вредных привычках. Д.и. «Пищевое лото». Цель: Закреплять представление о пользе тех или иных продуктов, для чего они нужны человеку.</p>	<p>«Познание», «Физ. развитие» Рассматривание иллюстраций, книг, энциклопедий о здоровье: «Мое тело», «Говорящая азбука тела», «Скелет человека». Свободное общение.</p>
прогулка	<p>«Познание». Наблюдения за изменениями в неживой природе. (взаимосвязь природных явлений: солнце греет – снег тает). «Физ. развитие» П.и. « Стоп – замри, фигуру – покажи» ( ловкость. координация, внимание). Игровое упр. «Не задень» (равновесие,</p>	<p>«Познание», Наблюдение за солнцем (греет, пригревает). Поисковая деятельность: «Теплое – холодное» (найти предметы на ощупь). «Физ. развитие» П.и. «Гуси – лебеди» (бег). Принятие первых весенних солнечных ванн 5 – 10 мин (руки, лицо).</p>

	координация).	
<b>2 половина дня</b>		
совместная деятельность	«Художественно-эстетическое развитие» «Федорино горе» К.И. Чуковский. «Физ. развитие» ». Речь с движением «Апельсин». Цель: закрепление умения соотносить речь с движением.	«Художественно-эстетическое развитие» « 5 дел перед сном» валеологическая сказка. «Физ. развитие» Пальчиковая гимнастика «Солнышко».
в режимных моментах	«Физ. развитие» Дыхательная гимнастика «Снежинки летят» (глубокий вдох – длительный выдох). «Социализация», «Коммуникация» Настольная игра «К какому доктору пойду». Цель: закрепление в речи название медицинских профессий (по специализации).	«Физ. развитие» Гимнастика с элементами беби-йоги. «Социализация», «Коммуникация». Д.и. «Мой режим дня». Цель: формировать представление о последовательности действий в течение дня.
самостоятельная деятельность	«Познание». Игры с водой. ОО «Социализация», ОО «Коммуникация». Речевая игра «Дед Мазай». Цель: закрепление в речи название действий по показу.	«Физ. развитие» ». Игровое упр. «Поймай шарик» (ловкость, координация).
прогулка	«Физ. развитие» » П.и. «Ловишки» (бег, соблюдение правил). Самостоятельные подвижные игры по выбору детей.	«Физ. развитие» » П.и. «Кто быстрее?» (бег, соблюдение правил). Самостоятельные игры по выбору детей.

день	<b>среда</b> Тема: «Я и дома и в саду с физкультурой дружу»	<b>четверг</b> Тема: «Вместе весело шагать».
------	----------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------

<b>1 половина дня</b>		
НОД (непосредственно образовательная деятельность)	<p>«Познание», «Коммуникация».</p> <p>Беседа «Моя семья и физкультура».</p> <p>Цель: формировать представление о здоровом образе жизни и ценности собственной жизни и жизни близких.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p> <p>«Мама, папа, я – спортивная семья» (рисование).</p> <p>Цель: формировать умение передавать строение фигуры человека, его изменение во время упражнений.</p>	<p>«Познание»</p> <p>Беседа «Правила безопасного поведения на улице».</p> <p>Цель: Закреплять знания детей о правилах поведения на улице.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p> <p>«Мой друг светофор» (рисование).</p> <p>Цель: Закреплять знания о сигналах светофора.</p>
в режимных моментах	<p>«Физ. развитие» »</p> <p>Упражнения на велотренажере.</p> <p>Настольная игра «Хоккей».</p> <p>Цель: Приобщать детей к спортивным командным играм.</p>	<p>«Физ. развитие» ».</p> <p>Закаливание. Сон без маек.</p> <p>Пальчиковая игра «Пальчики» (координация движений и мелкой моторики).</p> <p>«Физ. развитие» ».</p> <p>Настольная игра «Футбол».</p> <p>Цель: Приобщение детей к спортивным командным играм.</p>
самостоятельная деятельность	<p>«Познание»,</p> <p>Настольная игра «Веселый человечек».</p> <p>Цель: Развивать воображение, умение складывать фигуру человека из отдельных частей.</p>	<p>«Физ. развитие» ».</p> <p>Настольная игра «Можно - нельзя».</p> <p>Цель: Закрепление знаний о дорожных знаках.</p> <p>«Физ. развитие» ».</p> <p>Самомассаж стоп.</p>

прогулка	<p>«Познание».</p> <p>Наблюдение за деревьями (формировать представление о том, что любое дерево – живое существо).</p> <p>«Физ. развитие» »</p> <p>П.и. «Не замочи ноги» (закреплять умение перепрыгивать через препятствия).</p>	<p>«Познание». Наблюдение за туманом или росой (изменение состояния воды в зависимости от температуры).</p> <p>«Физ. развитие» »</p> <p>П.и. «Мы веселые ребята» (бег врассыпную).</p> <p>«Физ. развитие» »</p> <p>принятие солнечных ванн (лицо, руки) 5 – 10 мин.</p>
<b>2 половина дня</b>		
совместная деятельность	<p>«Физ. развитие» »</p> <p>Физкультурный досуг «Веселые старты».</p> <p>Цель: Доставить детям радость от спортивных игр.</p>	<p>«Физ. развитие»</p> <p>«Познание», «Речевое развитие».</p> <p>Д.и. «Виды спорта».</p> <p>Цель: Поддерживать интерес к различным видам спорта.</p>
в режимных моментах	<p>«Физ. развитие» ».</p> <p>Ходьба по ребристой дорожке (профилактика плоскостопия).</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>Речь с движением «Что у меня есть?» (координация речи с движением).</p>	<p>«Физ. развитие» ».</p> <p>Массаж спины друг другу. (упражнения для правильной осанки).</p> <p>«Речевое развитие»».</p> <p>Чтение пословиц и поговорок о спорте и здоровом образе жизни.</p> <p>Сюжетно - ролевая игра «Автомобили».</p> <p>Цель: Закреплять умение начинать движение в соответствии с цветом своего автомобиля.</p>
самостоятельная деятельность	<p>«Физ. развитие»</p> <p>Бодрящая гимнастика после сна.</p> <p>Самомассаж ладоней «Катаем шарики» (развитие моторики).</p> <p>Упражнения на велодорожке.</p>	<p>«Физ. развитие» ».</p> <p>Дыхательная гимнастика «Сдуй бабочку» (глубокий вдох – выдох).</p> <p>«Познание», «Речевое развитие»</p> <p>Настольная игра «Уроки на дороге».</p> <p>Цель: Закрепление правил дорожного движения.</p>

прогулка	«Физ. развитие» Игровое упражнение «Кого назвали – тот ловит» (бросание и ловля мяча). Самостоятельные игры детей.	«Физ. развитие» » П.и. «Быстро возьми – быстро положи» (бег, внимание, ловкость). Самостоятельные подвижные игры.
----------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

день	<b>пятница</b> Тема: «В здоровом теле – здоровый смех».	
<b>1 половина дня</b>		
НОД (непосредственно образовательная деятельность)	«Художественно- эстетическое развитие» Музыкальное занятие «Солнышко смеется». «Физ. развитие» Игра – аттракцион «Вымой чисто руки товарищу». Цель: Закрепление культурно – гигиенических навыков, поднять настроение.	
в режимных моментах	«Социализация». Игры «Жужа», «Дракон ловит свой хвост» (игры для поднятия настроения)	
самостоятельная деятельность	«Познание», «Речевое развитие». Игра – тренинг «Давай с тобой дружить....» Цель: Создание благоприятного эмоционального климата в группе.	

прогулка	<p>ОО «Познание». Наблюдение за прохожими (определить настроение по выражению лица).</p> <p>ОО «Социализация», ОО «Физ. культура».</p> <p>П.и. «Хитрая лиса» (ловкость, бег в разных направлениях, внимание).</p>	
<b>2 половина дня</b>		
совместная деятельность	<p>ОО «Чтение художественной литературы».</p> <p>Чтение смешных стихов, перевертышей.</p> <p>ОО «Здоровье», «Коммуникация», «Художественное творчество».</p> <p>Составление коллажа «Что такое здоровье?»</p>	
в режимных моментах	<p>ОО «Здоровье».</p> <p>Гимнастика для глаз.</p> <p>ОО «Социализация», ОО «Коммуникация»</p> <p>Игра «Волшебный мешочек» (тактильное восприятие).</p>	
самостоятельная деятельность	<p>ОО «Художественное творчество».</p> <p>«Самая обаятельная улыбка» (рисование).</p> <p>Цель: Поднять детям настроение.</p>	
прогулка	<p>ОО «Социализация», ОО «Физическая культура»</p> <p>Игровое упражнение «Забей льдинку в воротики» (координация, внимательность, меткость).</p> <p>Самостоятельные подвижные игры по</p>	

	выбору детей.	
--	---------------	--