

The background features a large, wavy blue shape that resembles a stylized wave or a ribbon. It is composed of several layers of different shades of blue. Three spheres are scattered across the scene: a large light blue sphere on the left, a smaller green sphere on the right, and another large light blue sphere on the right, partially overlapping the green one.

# Неделя здоровья

*МБДОУ детский сад №212  
г.Екатеринбург  
Воспитатель: Пипляева  
Юлия Олеговна*



Цель: Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

Задачи:

- Закрепить у детей понятие о здоровье, как главной ценности человеческой жизни.
- Формировать у детей представление о здоровом образе жизни: правильном питании, закаливании, пребывании на свежем воздухе, соблюдении правил личной гигиены, о значении физических упражнений.
- Учить детей активно участвовать в заботе о своем здоровье: знать и осознанно выполнять несложные приемы оздоровления (закаливание водой, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, витаминотерапия); прививать любовь к физическим упражнениям и подвижным играм на воздухе.
- Воспитывать привычку сохранять правильную осанку.

# Понедельник

? Знакомство со строением тела человека.



## Вторник

- ? Рисование. Рисуем овощи на тарелке.
- ? Гимнастика после сна.
- ? Беседа «Правила личной гигиены» - с раннего детства нужно приучать к выполнению элементарных правил: мыть руки перед едой, после прогулки, посещения туалета, по мере загрязнения; чистить зубы 2 раза в день; расчесывать волосы.



# Среда

- ? Изобразительная деятельность «Нарисуй свой портрет» - формировать интерес к своей внешности.
- ? Игра – «Горячая картошка». Для данной игры потребуется мягкий мяч небольшой величины.



# ? Четверг

? «Спорт и наш город» - дать детям представление о том, что в г. Екатеринбурге много возможностей для занятий спортом; продолжать формировать желание вести здоровый образ жизни.

? Подвижные игры народов Урала.

*татарская игра*

### Лисичка и куроска.

**Развивающая задача:** развивать ориентировку в пространстве, уметь слыть и быть, не променявшись с собой.

**Организация игры:** На одном конце площадки находится куроска (курица) и курсы, на противоположном - лисичка.

Курсы и курсы (от трех до пяти человек) ходят за лисичкой, лисичка же, как лисичка, разбегается, прыгает, шлепает и т.д. Когда к лисичке подкрадываются курсы, курсы кричат: «Курсы-ре-курсы». По звуку слышно, где курсы и курсы, но никто не может поймать лисичку, которая отбегает до самого конца площадки, то от себя водит.

**Метафорические приемы:** лисичка - лисичка, курсы - курсы, а курсы - курсы, и курсы курят курсы.

**Дополнительные развивающие задачи:** умение слыть и быть от лисички только после ее крика.

**Материал:** лента лисички и мяки курсы.



*русская народная игра*

### Невод

**Развивающая задача:** развивать у детей умение бегать по всей площадке, не наталкиваясь друг на друга, развивать ловкость, координацию, силу.

**Организация игры:** Выбирается двое водящих. Это - рыбачки. Остальные игроки - рыбки. «Рыбачки, вылезайте из воды, пойте рыбки», кричат на свободном месте. Пляска «рыбки» продолжается до тех пор, пока не останутся две или три рыбки.

**Метафорические приемы:** игра называется «рыбки».

**Место проведения:** спортивная площадка.

*русская народная игра*

### заяц без дома

**Развивающая задача:** развивать у детей умение бегать по всей площадке, не наталкиваясь друг на друга, развивать ловкость, координацию, силу.

**Организация игры:** Выбирается двое водящих. Остальные игроки становятся зайцами. Заяц бегает по площадке, а зайцы кричат: «Зайцы, зайцы, зайцы, зайцы». Заяц убежит от зайцев. Заяц и зайцы кричат: «Зайцы, зайцы, зайцы, зайцы».

**Место проведения:** спортивная площадка.

**Материал:** лента зайца, лента зайца.



## Пятница

- ? Игра – забава «Зарядка для лежебок» - развивать двигательную активность.
- ? Художественное творчество «Витамины» - учить детей вырезать предметы круглой формы; закреплять представление о пользе витаминов.
- ? Физкультурное развлечение «Мы ребята, сильные и здоровые» - развивать желание вести здоровый образ жизни.

