

The background features three horizontal wavy bands in shades of blue. A large light blue sphere is positioned on the left side, partially overlapping the bottom band. On the right side, a smaller green sphere and a larger light blue sphere are positioned on the top band.

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 ориентироваться в беговых упражнениях.

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, прыгает, перепрыгивает, прыгает и т.д. Когда к ней подкрадываются курсы, курсы кричат: «Курсы-ре-курсы». По этому сигналу все бегут в курсы, за ними бегут лисички, которые стараются забежать лисичку из курсы, то ее снова водят.

Методические приемы: играется: зрелищно, весело, легко, в азарте, в азарте, и лисичка курсы (лисы).

Дополнительные развивающие упражнения: бег от лисички только после сигнала курсы.

Материал: лисичка и курсы 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. «Рыбаки, вылезайте из воды, пойте рыбки», кричат на свободном месте. Пляшущие «рыбки» присаживаются и рыбаки и снова уходят. Игра «рыбки» продолжается до тех пор, пока не останутся все три на площадке «рыбки».

Методические приемы: игра проводится: зрелищно, весело, азартно.

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 в круги по кругу друг к другу и бегут в круг. Между игроками становится заяц. Заяц кричит: «Заяц, заяц, заяц». Когда заяц кричит: «Заяц, заяц, заяц», заяц кричит: «Заяц, заяц, заяц». Когда заяц кричит: «Заяц, заяц, заяц», заяц кричит: «Заяц, заяц, заяц».

Методические приемы: игра проводится: зрелищно, весело, азартно.

Место проведения: спортивная площадка.



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.

