



**«ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ
У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

**Выполнила
Сысоева Ольга Александровна
Музыкальный руководитель
МБОУ ООШ № 119 д/о г.о.Самара**

Понедельник

«Спорт, движение и вода – быть здоровым навсегда!»

- дидактические игры:

«Назови вид спорта»;

«Одень спортсмена».

- инсценирование:

Игра – инсценировка «Мы спортсмены!»

«Беседа о видах спорта».

- отгадывание загадок:

Игра «Доскажи словечко».

- гимнастика после дневного сна:

«Мячик», «Лодочка», «Волна».

- игровые упражнения:

«Любимый вид спорта».

- утренняя гимнастика:

занимаемся гимнастикой под музыку.

- слушание:

Прослушивание с детьми Олимпийского гимна



- игровые упражнения:
«Тайский бокс».
- эстафеты:
«Хоккей на траве».
«Скейтбордисты».
- индивидуальная работа по физическому развитию:
«Мы велосипедисты»



Вторник «Азбука здорового питания»

- игровые упражнения:
«Цветок здоровья».
- дидактические игры:
«Как называется варенье из ...».
- Беседы:
«Азбука здоровья».
- словесные игры:
«Витамины».

- утренняя гимнастика:
«Фруктовый сад».
- физкультурный досуг:
«В стране здоровья».
- эстафеты:
«Суп из овощей, а компот из фруктов».

- подвижные игры с музыкальным сопровождением:
«Иммунитет».
- подвижная игра большой и средней подвижности:
«Собери урожай овощей и фруктов».
- игровые упражнения:
«Витаминный салат».



Среда «Урок здоровья»

- беседы:

Беседа о закаливании.

- отгадывание загадок:

«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».

- чтение:

К.Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе».

В.Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо?».

- утренняя гимнастика:

«В здоровом теле – здоровый дух».

- игровые упражнения:

«Цветок здоровья».

совместные мероприятия с родителями и детьми:

Мастер-класс «Закаляйся, если хочешь быть здоров!»

- подвижная игра большой и средней подвижности:

«Солнышко и дождик».

- занятия по физическому развитию на улице:

«Дорожка здоровья».



Четверг «Маршруты рюкзачка»

- беседы: «Зеленая аптека».
- отгадывание загадок, словесные игры:
«Какое растение выручит?»
- гимнастика после дневного сна:
«Прогулка в лес».

- физкультурный досуг:
«Тропа «Здоровье»»

- подвижные игры с музыкальным сопровождением:
«Собери рюкзак».

- подвижная игра большой и средней подвижности:
«Перейди через болото».
- игровые упражнения:
«По лесной тропинке».



Пятница

Итоговое мероприятие

Развлечение

«Мама, папа, я – здоровая семья».



Спасибо
за
внимание!

