«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, движенье 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!