

## Мероприятия в младшей группе № 3 по теме «Неделя здоровья» / «Здоровое питание»

Беседа «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу»

Цель – формирование представлений детей о пользе фруктов и овощей.

Беседа «Для чего нужна зарядка»

Цель – формирование привычки к физической активности.

Дидактическая игра «Поможем Мойдодыру»

Цель – формирование представления детей о предметах личной гигиены, навыках здорового образа жизни

Дидактическая игра «Расскажем мишке как лечится у врача»

Цель – формирование представлений о здоровье, развитии правильной речи.

Дидактическая игра «Одень куклу на прогулку»

Цель – упражнять детей в умении выбирать одежду в соответствии с временем года

Повторение потешки «Водичка, водичка умой моё личико»

Цель – закрепление культурно – гигиенических навыков путем заучивания потешек (МФФ).

Сюжетно-ролевая игра «Кукла Катя простудилась»

Цель – формирование представлений о способах лечения куклы и необходимых для этого действиях

Чтение «Сказка про мыло» Д.Даскалова, «Что полезно для здоровья?» (отрывок)

В.Драгунский, «Дети, которые плохо едят в детском саду» Э.Успенский

Цель – формирование представлений о важных элементах здоровья на примере героев литературных произведений для детей.

Консультация для родителей «Дорожки здоровья»

Цель - знакомство родителей со способами профилактики плоскостопия у детей, простым способом изготовления дорожек своими руками, их ролью в формировании правильного свода стопы, укрепления физического здоровья ребёнка.

Анкетирование родителей «Здоровый малыш» - выявить индивидуальные особенности каждого ребёнка, касающиеся его здоровья, особенности семейного воспитания по формированию у детей положительного отношения к здоровому образу жизни.

## Мероприятия в младшей группе № 6 по теме «Неделя здоровья» / «Здоровое питание»

### 1 день

- Беседа «О культурно-гигиенических навыках».

Цель: формировать умение заботиться о чистоте тела.

- Аппликация. "Фруктовые витамины"

Цель: Закрепить названия фруктов, их применение на благо здоровья человека. Закрепить понятие "витамины».

- Беседа: «Витамины в жизни человека».

Цель: формировать у воспитанников знания о роли витаминов в жизни человека; о том, какие витамины, из каких продуктов питания мы можем получить.

- С/р игра «Магазин полезных продуктов».

Цель: закрепить знания воспитанников о полезных для здоровья продуктах питания; развивать волевое взаимодействие, диалогическую речь.

- Работа с родителями – консультация «Профилактика ОРВ»

### 2 день

- Беседа: «Добрый доктор Айболит в гостях у детей»

Цель: продолжать формировать представление детей о здоровом образе жизни. Напомнить детям, что болеть – плохо и что нужно делать, чтобы не болеть. Расширять представление детей о полезных витаминах.

- Рисование. "Апельсины, мандарины"

Цель: продолжать формировать у детей умение рисовать предметы круглой формы слитным неотрывным движением кисти, закрепить умение узнавать и называть оранжевый цвет, уточнить представления детей о пользе витаминов и продуктов содержащих их.

- Дидактическая игра: «Одень спортсмена»

Цель: Учить детей умению подбирать соответствующий инвентарь и экипировку для спортсменов.

- С/р игра «На приеме у врача»

Цель: продолжать формирование представлений о профессии врача.

• Взаимодействие с родителями - консультация "Как приобщить детей к здоровому образу жизни"

### 3 день

- Беседа. Чтение стихов о витаминах. "Витамины я люблю- быть здоровым я хочу!"

Цель: выявить представления детей о пользе витаминов и продуктов, содержащих их, научить ребенка заботиться о своем здоровье.

- Словесная игра: «Много – мало»

Цель: Учить детей думать, что и в каких количествах можно употреблять, не во вред своему здоровью. Формировать умение классифицировать продукты: кислый-сладкий, горький-солёный, овощи-фрукты.

- Беседа «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья»

Цель: Знакомить детей с понятием «здоровье», «здоровый человек»; воспитывать желание быть здоровым, стремление к соблюдению режима и чистоты.

- Взаимодействие с родителями - беседы с родителями и детьми о самочувствии детей или по текущим проблемам.

#### 4 день

- Беседа: «Что нужно делать, чтобы быть здоровым?»

Цель: Дать четкое представление детям о том, что здоровье зависит от человека, что за здоровьем можно и нужно следить, его надо беречь, сохранять и поддерживать.

- Дидактическая игра: «Полезно – вредно»

Цель: закрепить знание детей о вреде и пользе продуктов, знание о способе сохранения своего здоровья.

- Рассматривание иллюстраций, картинок «Если хочешь быть здоров», «Строение тела человека».

Цель: формировать представление о своём теле.

- С/р игра «Доктор». Цель: вспомнить с детьми, как они ходили на приём к врачу, что он делал, как осматривал, какие лекарства прописывал, формировать представление о необходимости обращаться к врачу, когда заболеешь.

- Взаимодействие с родителями - «Одежда для прогулок»

#### 5 день

- Беседа: «Чтобы зубы были здоровыми».

Цель: рассказать о значении зубов, закрепить знания о правилах чистки зубов.

- Дидактическая игра: «Как это называется?»

Цель: закрепить названия продуктов питания.

- Раскраски «Спорт! Спорт! Спорт!»

Цель: совершенствовать навыки равномерного закрашивания, использование нажима на карандаш для усиления цвета. Развивать мелкую моторику, воспитывать аккуратность, усидчивость.

- С/р игра «Больница»

Цель: закрепить знания о профессии врача, атрибутах его работы, о пользе его профессии для здоровья людей.

- Взаимодействие с родителями - индивидуальные беседы о физических, гигиенических умениях и навыках, о полезной и вредной пище, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.

Цель: способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми, заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.

## Мероприятия в средней группе № 10 по теме «Неделя здоровья»

### День 1

Беседа с детьми «Что такое здоровье».

Цель: формирование ценностного отношения к своему здоровью. Рассмотрение иллюстраций на тему «Гигиена и здоровье».

Пальчиковая гимнастика «Котик умывается».

Цель: развитие мелкой моторики, речи.

ОД. Познавательное развитие. Ребенок и окружающий мир.

Тема «Сохрани свое здоровье сам».

Цель: закрепить знания детей о том, как нужно сохранять здоровье, укреплять его, какие правила безопасности соблюдать, как нужно питаться, чтобы не повредить здоровью. О значении факторов влияющих на здоровье человека (вредные привычки).

Д/и: «Полезно – вредно».

Цель: закрепить знания детей о вредной и полезной пищи. Заучивание стихотворения «Спор», о пользе витаминов.

<https://malchishki-i-devchonki.ru > stih-i-o-vitaminah-2...>

### День 2

Беседа с детьми о культуре поведения за столом во время приема пищи. Цель: **формирование культуры поведения за столом.**

Д/и «Овощи – Фрукты».

Цель: Закреплять умение детей находить и называть фрукты и овощи. Продолжать закреплять знания о пользе овощей и фруктов. Развивать внимание, память, речь, мелкую моторику. Расширять словарный запас.

Чтение художественной литературы. Сказкотерапия. Чтение сказки «Сказка о полезных овощах». <https://skazkibasni.com > o-poleznyx-ovoshhax>

Цель: продолжать знакомить детей с тем или иным продуктом, узнавать, какого он цвета, какой формы. Какие в овощах и фруктах витамины, какую пользу несут организму те или иные продукты.

Рассматривание иллюстрации «У мальчика заболел зуб».

Цель: вместе с детьми выявить причину возникновения зубной боли, закрепить знания о том, что необходимо употреблять полезные для зубов продукты.

Беседа с детьми о пользе молочных продуктов.

Цель: Обогащение знаний детей о пользе, которую приносит корова, о пользе молока и молочных продуктов.

### День 3

Беседа с детьми на тему «Что такое хорошо, и что такое плохо?».

Цель: закреплять представления детей о том, какие правила соблюдать, чтобы не навредить здоровью, развивать любознательность, внимание к собственному организму.

ОД. Художественно – эстетическое развитие. Рисование на тему «Овощи».

Цель: Развивать умение рисовать и закрашивать овощи; закреплять умение набирать краску на кисть. Развивать речь и мышление.

Ситуативная игра - беседа «Что будет если...»

Цель: учить детей делать выводы на основе имеющихся знаний и представлений о пользе и вреде продуктов, различных действий в отношении своего организма.

С/р игра «Магазин полезных продуктов».

Цель: учить использовать в игре знания, полученные на занятиях и в повседневной жизни.

#### День 4

Беседа с детьми на тему: «Еда современности - фаст-фуд»

Цель: воспитание бережного отношения к своему здоровью, формирование здорового образа жизни; воспитание культуры поведения, развитие познавательных способностей.

ОД Ознакомление с художественной литературой.

Чтение сказки С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала».

Цель: Воспитывать у детей умение слушать новые стихи, следить за развитием сюжета в произведении; объяснять детям поступки персонажей и последствия этих поступков.

Д/и «Собери картинку»

Цель: учить передавать внешний вид **овощей и фруктов**, их название, польза; развивать зрительное **восприятие**, формировать представление о целостном образе предмета, **воспитывать у детей** внимание и усидчивость.

Беседа с детьми «Эти вредные микробы»

Цель: Дать детям элементарные представления о микробах и о способах защиты от них.

[https://www.maam.ru > detskijsad > beseda-s-detmi-yeti..](https://www.maam.ru/detskijsad/beseda-s-detmi-yeti..)

Рассматривание иллюстраций «Микробы»

Цель: **формировать** элементарные представления о здоровом образе жизни и потребность в нём.

#### День 5

Беседа с детьми на тему « Где зимой взять витамины».

Цель: дать элементарные представления об овощах, закрепить знания о месте произрастания, закрепить представления детей о заготовке овощей и фруктов на зиму, о сохранении в них витаминов.

Рассматривание иллюстраций об овощах и фруктах.

Цель: Расширить знания и представления детей об **овощах**. Упражнять в умении различать **овощи по форме**, вкусу. Закреплять навык словоизменения (согласование прилагательных с существительными). Воспитывать интерес к растительному миру.

ОД Художественно эстетическое развитие. **Аппликация на тему: «Заготовки на зиму»**  
Цель: продолжать учить детей работать с ножницами (симметричное вырезывание из прямоугольника, срезывание закруглённых углов у четырёхугольника и прямоугольника, с клеевой кистью и клейстером. Закреплять знания детей о том, овощи и фрукты люди выращивают для пищи. Дать знания о том, что овощи и фрукты полезны для здоровья.  
<https://www.maam.ru/detskij-sad/konspekt-zanjatija->

Дидактическая игра «Съедобное – несъедобное»

Цель игры: развивать внимание, умение сосредотачиваться на определенном предмете, быстроту мышления. Научить детей делить предметы на две категории: съедобное и несъедобное.

Игра инсценировка стихотворения «Хозяйка однажды с базара пришла...»

Цель: побуждать детей к самовыражению в художественных образах, развивать артистические возможности, совершенствовать внимание, память, мелкую моторику, закрепить знания детей об овощах и их пользе.

### **Мероприятия в средней группе № 11 по теме «Неделя здоровья» / «Здоровое питание»**

**Конспект беседы с детьми средней группы «Вредная и полезная пища».**  
<https://videouroki.net/razrabotki/konspekt-biesiedy-s-diet-mi-4-5-liet-vriednaia-i-polieznaia-ieda.html>

**Цель:** формирование элементарных представлений о здоровом образе жизни.

Цикл бесед о здоровом питании для детей средних групп.

<https://educontest.net/component/content/article/44215>

**Конспект занятия «О здоровом питании» для детей средней группы.**

#### **Задачи занятия:**

- Закрепить знания детей о правильном здоровом питании, что еда должна быть не только вкусной, но и полезной.
- Уточнить понятия «Витамины», рассказать о пользе витаминов, их значении для жизни, взаимосвязи здоровья и питания.
- Продолжать учить детей правилам культурного и безопасного поведения.
- Воспитывать заинтересованность в сохранении собственного здоровья;
- Формировать привычку вести здоровый образ жизни.

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/04/13/konspekt-zanyatiya-o-zdorovom-pitanii-dlya-detey>

**Конспект занятия по развитию речи в средней группе «Витамины и здоровье».**

Цель: Закрепить знания детей о полезных и вредных продуктах.

<https://infourok.ru/nod-po-razvitiyu-rechi-v-sredney-gruppe-vitamini-i-zdorove-2280864.html>

**Консультация для родителей «Здоровое питание – здоровый ребёнок».**

<https://infourok.ru/konsultaciya-dlya-roditeley-zdorovoe-pitanie-zdoroviy-rebenok-1040883.html>

**Картотека дидактических игр для среднего дошкольного возраста на тему «Здоровый образ жизни. Здоровое питание».**

**Цель:** Развивать логическое мышление, память, воображение, фразовую речь, умение строить сложное предложение; формировать внимательное отношение к деятельности, связанной с мышлением.

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/11/01/kartoteka-didakticheskikh-igr-dlya-detey-srednego>

**Картотека подвижных игр и пальчиковой гимнастики по темам «Овощи. Фрукты»**

Предлагается картотека, содержащая подвижные игры (физкультминутки) и пальчиковую гимнастику.

**Цель:** развитие общей и мелкой моторики; координация речи с движением; работа над темпом и ритмом речи.

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2016/12/01/kartoteka-podvizhnyh-igr-i-palchikovoy-gimnastiki-po-teme-ovoshchi>