

## Мероприятия по теме «Неделя здоровья» / «Здоровое питание» на 2021-2022 учебный год

### В младших группах № 5, 9

#### День 1

1. Беседа «Чтоб здоровым быть- на зарядку становись» - рассказать о пользе утренней зарядки
2. Познавательное развитие: «Секреты здоровья» - формировать знания о ЗОЖ, что важно для здоровья
3. Подвижные игры: «По ровненькой дорожке», «Попади в цель», «Воробышки и автомобиль»
4. Дидактические игры: «Разрезные картинки» (виды спорта), Игры с водой
5. Сюжетно- ролевая игра «Больница»

#### День 2

1. Беседа Как не заболеть и быть здоровым
2. Рассматривание иллюстраций с профессией врача, беседа
3. Развитие речи: «Заучивание русской народной потешки «Водичка, водичка»
4. Игровая деятельность Подвижные игры «Паровоз», «Догони меня», «Карусель»
5. Дидактические игры «Что нужно врачу?», «Полезно- вредно», «Фрукты на фланелеграфе»
6. Чтение художественной литературы Шульжик «Зеркало любит чистые лица», Е. Чарушин «Мишка» «Не бери в рот грязные предметы (книга «Правила поведения для воспитанных детей»)
7. Театрализованная деятельность «Почему заболел медвежонок» Чтение худ. литературы Г. Лагзынь «Зарядка», «Моем руки» И. Шевчук «Рано утром на зарядку»

#### День 3

1. Беседа Овощи и фрукты- полезные для здоровья продукты
2. Рассматривание иллюстраций
3. Лепка: «Вишенка- полезная ягодка»
4. Игровая деятельность Подвижные игры: «Каждому по фрукту», «Разложи фрукты и овощи по корзинам», «Солнышко и дождик», Хороводная игра «Танец с погремушками» Дидактическая игра «Найди и назови полезные продукты»
5. Сюжетно- ролевая игра «Магазин овощей и фруктов»
6. Чтение художественной литературы Стихи и загадки про овощи и фрукты, рассматривание иллюстраций
7. Изобразительная деятельность «Раскрась репку» - индивидуальная работа (гуашью)

#### День 4

1. Беседа «Мы с водою и мылом дружим»
2. Рассматривание картинок «Девочка чумазая», «Девочка аккуратная»
3. Развитие речи: «Да, здравствует мыло душистое и полотенце пушистое»
4. Игровая деятельность Дидактические игры и игровые упражнения: «Найди

- предмет для умывания», «Покажем Буратино, как надо умываться и вытираться полотенцем», «Чудесный мешочек» (предметы личной гигиены)
5. Чтение художественной литературы А. Барто «Девочка чумазая»
  6. Сюжетно- ролевая игра «Купанье куклы Кати»

### **День 5**

1. Беседа «Моё тело», «Я мальчик, я – девочка»
2. Рисование «Лучики для солнышка»
3. Игровая деятельность Подвижные игры: «Большие ноги», «У медведя во бору», «Где же наши руки»
4. Дидактические игры и игровые упражнения: «Покажи части тела», «Собери куклу» (разрезные картинки)
5. Музыкальная игра «Здравствуйте ручки» Пляска «Пальчики- ручки»
6. Чтение художественной литературы А. Боске «Для чего нужны глаза», И. Демьянов «Для чего нужны ножки», Е. Капганова «Олины помощники»

## Мероприятия по теме «Неделя здоровья» / «Здоровое питание» на 2021-2022 учебный год

### В средних группа № 2, 3, 6

#### День 1

1. Утренняя гимнастика «Здоровью скажем — да!».
2. Беседа «Что такое здоровье, как его сохранить и приумножить».
3. Сюжетно-ролевая игра «Магазин полезных продуктов питания».
4. Дидактическая игра «Что полезно, а что вредно для здоровья», лото «Одежда по сезонам».
5. Подвижные игры «Цветные птички», «Солнышко и дождик», «Карусель».
6. Чтение стихотворений.

#### День 2

1. Утренняя гимнастика «Здоровью скажем — да!».
2. Пальчиковая игра «Апельсин», «Мы капусту рубим».
3. Встреча с «Витаминчиком из нашего огорода на окне», который рассказывает о значении питания в жизни человека», беседа «Где найти витамины», «Здоровое питание».
4. Дидактическая игра «Вредно — полезно», «Съедобное — несъедобное», лото «Разложи по корзинам», «Сварим суп и компот».
5. Чтение Э. Успенского «Дети, которые плохо едят в детском саду».
6. Инсценировка сказки «Репка».
7. Подвижная игра — эстафета «Витаминная семья».

#### День 3

1. Утренняя гимнастика «Здоровью скажем — да!».
2. Беседа о закаливании «Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья», беседа по картинкам «Если малыш поранился».
3. Чтение худ. литературы: С. Михалков «Про мимозу», В. Лебедев — Кумач «Закаляйся! »
4. «Из чего мы сделаны?». Рассказ педагога с рассматриванием плаката «Внутренние органы».
5. Игра занятие «Замечательный врач».
6. Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника». Предложить детям для обыгрывания сюжет «Прививочный день», побуждать детей активнее использовать в ходе игры речь.

#### День 4

1. Утренняя гимнастика «Здоровью скажем — да!».
2. Беседа «Цветные витамины» - о пользе овощей и фруктов
3. Чтение сказки К. Чуковского «Доктор Айболит»
4. Лепка «Овощная корзинка»
5. Дидактическая игра «Съедобное – не съедобное»

## День 5

1. Утренняя гимнастика «Здоровью скажем — да!».
2. Беседа о пользе молочных продуктов
3. Дидактическая игра «Скажи ласкова»
4. Чтение стихотворения С. Михалкова «Прививка»
5. Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника». Предложить детям для обыгрывания сюжет «Прививочный день», побуждать детей активнее использовать в ходе игры речь

## Мероприятия по теме «Неделя здоровья» / «Здоровое питание» на 2021-2022 учебный год

### В старших группах № 10, 11

#### День 1 «Как устроен человек»

1. Беседа: Как устроен человек
2. Рассматривание: иллюстрации из чего состоит человек.
3. Связная речь: «Откуда берутся болезни».
4. Чтение отрывка из К. Чуковский «Айболит».
5. Физическая культура: Спортивный досуг (между старшими группами). «Мой веселый звонкий мяч».
6. Рисование: Строение человека
7. Беседа: «Органы чувств»
8. Чтение: «Девочка чумахая» А. Барто
9. Беседа: «Личная гигиена» (уход за руками, ногами, глазами, ушами, кожей, полостью рта и зубами).
10. Игра: «Как нужно ухаживать за собой» (формировать навыки контроля за выполнением правил личной гигиены)
11. Д/И «Определи по запаху», «Определи на ощупь»

#### День 2 «Здоровая еда»

1. Беседа: Витаминные чаи. Знакомство с различными видами чая, заваривание чая.
2. Беседа: «Витамины и здоровый организм»
3. Математика: «Приготовь овощной, фруктовый салат» (счет прямой и обратный в пределах 10, группировка предметов по 3-4 признакам).
4. Загадывание загадок.
5. Беседа: «Что мы делаем, когда едим»
6. Экскурсия на кухню.
7. Слушание музыки: «Если хочешь быть здоров, закаляйся».
8. Д/И «Кому, что нужно» (питание), «Витаминная семья».
9. Конструирование: (стройматериал) «Ресторан здорового питания».
10. Составление мини книжка «Полезные продукты» (закрашивание, заштриховка и вырезание)
11. Энциклопедия «Тело человека» (пищеварительная система)

#### День 3 «Безопасность»

1. Беседа: «Эта важная профессия-врач».
2. Д/И «Что необходимо для врача».
3. Беседа: «Опасные ситуации во время детских игр на улице».
4. Рассматривание иллюстраций по теме «Дети играют».
5. Д/И «Опасно – неопасно» (ребенок лазает по лестнице, читает книгу, прыгает с высоты, одет не по погоде, кашляет на других, прячется под кровать от пожара и т. д.)
6. Рисование: «03- спешит на помощь»
7. Образовательная ситуация: «Как оказать первую помощь пострадавшему».
8. С. Р/И. «Больница».
9. П. И: «Осторожно лужа», «Будь внимателен», «Пройди не наступи»

#### День 4 «Психологический комфорт»

1. Беседа: «Как работает сердце человека».
2. Игра: «Узнай свой пульс».
3. Предметный мир: Беседа: «Спорт-это здоровье»
4. Социализация: Беседа: «Уважительное и доброжелательное отношение к врачам»
5. Веселый этикет: «Правила вежливого общения»
6. Д/И: «Подбери эмоцию».
7. Игра драматизация «Добрый доктор Айболит»
8. Викторина: «Виды спорта»
9. Словесные игры: «Ручеек вежливых слов», «Мое поведение», «Что хорошего, что плохого», «Делай по хлопку»
10. Упражнение на доверие – пройди с завязанными глазами с помощью друга.

#### День 5 «Режим» (физическая активность)

1. Беседа: «Режим дня»
2. Беседа: «Зачем мы спим?» Цель: рассказать о влиянии правильного распорядка дня на здоровье; формировать привычку к определенному режиму.
3. Природный мир: «Дружи с водой».
4. Веселый этикет: «Уроки Мойдодыра».
5. Лепка. «Витамины в баночке».
6. Физическая культура (на улице): Эстафеты
7. Д/Игра: «Мой день»
8. Чтение: «Деловой человек» Л. Рыжова, «Наоборот» Е. Карганова
9. Беседа: «Красивая осанка». Цель: побуждать детей выполнять физические упражнения осознанно, понимая их значимость.
10. Упражнения на осанку.
11. Д/И «Когда это бывает», «Точное время»
12. Выполнение упражнений по схемам
13. Составление коллажа: «Мы спортсмены».
14. П. И: «Не спи, не зевай», «День - ночь»

## Мероприятия по теме «Неделя здоровья» / «Здоровое питание» на 2021-2022 учебный год

### В подготовительных к школе группах № 4, 7, 8

#### День 1

1. Беседа: «В здоровом теле - здоровый дух»
2. Рассматривание иллюстраций, наглядного материала, энциклопедий и журналов «Здоровье», «ЗОЖ», «Здоровячок» из цикла «Мое здоровье» Н. В. Мишиной 2012г.
3. Чтение стихотворения Е. Одинцовой «Здоровье - это ценность и богатство...»
4. Загадки о здоровье
5. Сюжетно - ролевая игра: «Поликлиника»
6. Продуктивная деятельность: рисование «Быть здоровым я хочу»
7. Упражнения на формирование правильной осанки: «Мостики»

#### День 2

1. Беседа: «Тело человека».
2. Мультимедийная презентация: «Мое тело»
3. Дидактические игры: «Что такое хорошо, и что такое плохо?»
4. Экспериментальная деятельность: «Воздух»
5. Знакомство с самомассажем
6. Экскурсия в кабинет медицинской сестры.
7. Упражнения по формированию опорно-двигательного аппарата: «Росточек»

#### День 3

1. Беседа: «Все о витаминах», «Способы защиты от болезни»
2. Дидактические игры: «Польза и вред»
3. Продуктивная деятельность: Нетрадиционное рисование «Вредные микробы»
4. Настольно - печатные игры: «Витаминное лото»
5. Приготовление овощного и фруктового салата «Витаминка» - лепка
6. Игра-эстафета с использованием нестандартного оборудования (шишки, небольшие дощечки). Цель: совершенствовать умения детей держать равновесие, метать предметы в горизонтальную цель на расстоянии 3м; формировать умение ориентироваться в пространстве; развивать ловкость, быстроту движений, умение слушать правильно и быстро выполнять задания; вызвать радость от участия в соревновании.
7. Рассматривание книг, альбомов о спорте. Цель: уточнить представление воспитанников о разных видах спорта, самом понятии «спорт», о том, для чего люди занимаются физкультурой и спортом; развивать речь.
8. Беседа «Полезные и вредные продукты для зубов»

#### День 4

1. Беседа: «Спорт и жизнь»
2. Продуктивная деятельность: Конструирование «Дворец спорта»
3. Спортивно - оздоровительное мероприятие «День Здоровья»
4. Консультация инструктора по физической культуре
5. Зрительная гимнастика
6. Просмотр телепередачи «Мое здоровье»

## День 5

1. Беседа: «Если хочешь быть здоровым - закаляйся»
2. Консультация врача - терапевта: «Добрый доктор Айболит»
3. Психогимнастика
4. Спортивный праздник «Папа, мама я - спортивная семья»



