

# **Консультация для педагогов**

## **«Неделя здоровья»**

Разработал: Рудаков И.А.  
инструктор по физической культуре

## Понедельник

**Цель:** сформировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья. Удовлетворить потребность детей в двигательной активности.

### План дня:

- Утренняя гимнастика «Здоровью скажем - да!»
- Беседа: «Что такое здоровье, как его сохранить и приумножить»
- Сюжетно-ролевая игра «Магазин полезных продуктов питания»
- Дидактическая игра «Что полезно, а что вредно для здоровья»
- Чтение А.Барто «Девочка чумахая», С.Михалков «Про мимозу», И.Семёнов «Как стать Неболейкой»

-Продуктивная деятельность: рисование по стихотворению А. Барто «Девочка чумахая»

Прогулка: Игры с бегом: "Быстро возьми, быстро положи"; игры с прыжками: "Лягушки и цапли"; игры с бросанием и ловлей - "Кого назвали - тот и ловит".

Вторая пол. дня:

- Беседа: «Правила поведения на улице»
- Дидактическая игра «Светофор»

Оформление папки передвижки для родителей «Здоровый ребенок»

## **Вторник**

**Цель:** Объяснить причину болезни зубов. Формировать потребность в сохранении зубов здоровыми. Приучать ребенка быть внимательным к себе, к состоянию своих зубов.

### **План дня:**

- Утренняя гимнастика «Если хочешь быть здоров»
- Беседа: «Здоровые зубки»
- Чтение сказки «Сказка о зубной щетке»
- Дидактическая игра «Что вредно, а что полезно для зубов»
- Продуктивная деятельность: аппликация «Зубная щетка для мальчика Пети»

Прогулка: Подвижные игры-эстафеты:

- «Перевези лекарства» (бег, координация движений)
- «Займи место в обруче» (прыжки, развитие ловкости)
- «Сбор снежков» (метание в цель, развитие глазомера)

Вторая пол. дня:

- Сюжетно - ролевая игра «Поликлиника»
- Дидактическая игра: «Предметы индивидуального пользования»
- Чтение литературы: А.Зайцев «Приятного аппетита», «Крепкие, крепкие зубы», А. Анпилов «Зубки заболели»

## Среда

**Цель:** формирование представлений о правилах личной гигиены, дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробы и вирусы) .

### **План дня:**

- Утренняя гимнастика «Рано утром умываюсь... »
- Беседа «Микробы и вирусы»
- Д/и «Предметы личной гигиены
- Разучивание потешек, отгадывание загадок.
- Пальчиковая гимнастика «Моем руки чисто-чисто»

Прогулка: Подвижные игры:

«Поймай хвостик» (бег, развитие ловкости).

«Поймай комара» (прыжки в высоту, координация движений).

«Прятки» (ориентирование в пространстве).

Вторая пол. дня:

Просмотр мультфильма «Мойдодыр»

Консультация для родителей "Красивая осанка - залог здоровья".

## Четверг

**Цель:** расширение знаний дошкольников о наличии витаминов во фруктах и овощах; создание условий для формирования у детей представлений о полезных продуктах на нашем столе; создание мотивации для детей и родителей на формирование здорового образа жизни.

### План дня:

- Утренняя гимнастика «Во саду ли в огороде»
- Беседа «Витамины и полезные продукты» (рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека)
- Разучивание стихотворений, отгадывание загадок
- Экспериментальная деятельность «Волшебный шиповник – я здоровье сберегу, сам себе я помогу»- заваривание шиповника.

### Прогулка

- Подвижная игра – эстафета «Витаминная семья»

Вторая пол. дня: -

Инсценировка сказки «Репка»

Д/и: «Полезная и вредная еда»

Подготовить папки-передвижки с консультацией: « Питание ребёнка»

## Пятница

**Цель:** формирование устойчивой привычки к режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию.

### План дня:

- Утренняя гимнастика «Мы спортсмены»
- Досуг «Я и дома и в саду с физкультурой дружу»
- Рассматривание иллюстраций о зимних видах спорта.
- Изготовление альбома о спорте.

Прогулка: Подвижные игры

"Кролики", "По ровненькой дорожке", "Бегите к флажку", "Попади в круг".

Вторая пол. дня:

Сюжетно –ролевая игра «Физкультурное занятие»

Разучивание речевок, песен на спортивную тематику, стихотворений, загадок.

Дидактические игра: "Угадай вид спорта", раскрашивание раскрасок