



Неделя здоровья !

(Средняя группа №4)

Воспитатели:
Мигина И.С.
Васильченко Ю.А





«Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В.Сухомлинский

Основные задачи:

- ❖ воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- ❖ развитие физических качеств в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка;
- ❖ создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни;
- ❖ выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через спортивно-оздоровительную активность;
- ❖ приобщение детей к традициям большого спорта.





Ежедневные оздоровительные мероприятия:

- Утренняя гимнастика
- Правильное питание
- Дневной сон
- Гимнастика после дневного сна
- Самомассаж
- Прогулки
- Физ.минутки
- Физкультурные занятия
- Пальчиковая гимнастика
- Подвижные игры
- Гигиенические процедуры
- Соблюдение режима дня и т.д.





Мероприятия в рамках Недели

здоровья:

- ❖ Беседы с детьми по данной тематике.
- ❖ Дидактические игры
- ❖ Чтение художественной литературы
- ❖ Творческая деятельность
- ❖ Игры-эстафеты

Работа с родителями:

- ✓ Тренинг для родителей «Самомассаж в игровой форме»
- ✓ Консультация «Физкультура – наш друг»
- ✓ Папка передвижка «Здоровый образ жизни».





Утренняя гимнастика:



*По порядку
Стройся в ряд!
На зарядку
Все подряд!*

*Левая!
Правая!
Бегая,
Плавая,
Мы растем
Смелыми,
На солнце
Загорелыми.*





Дневной сон



*Отдохнуть ребятам
надо,
Надо им поспать
часок!
Вы не квакайте,
лягушки,
Под окошком у
ребят!
Здесь кроватки
стоят
Здесь ребята крепко
спят*





Гимнастика после дневного сна: гимнастика в кроватях, хождение по корректирующим дорожкам, самомассаж и т.д.



*Кто спит в
постели сладко?
Давно пора
вставать!
Спешите на
зарядку,
Мы вас не будем
ждать!*



Су джок терапия.



*Я мячом круги катаю,
Взад - вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку.
Будто я сметаю крошку,
И сожму его немножко,
Как сжмает лапу кошка,
Каждым пальцем мяч прижму,
И другой рукой начну.*





Пальчиковая гимнастика





Прогулка. Подвижные игры на улице



*Свежий воздух
малышам
Нужен и полезен!
Очень весело гулять
нам!
И никаких болезней.*

Физкультурные занятия



*Подружились с
физкультурой,
Гордо смотрим мы
вперед.
Мы не лечимся микстурой
Мы здоровы целый год!*



Игры-эстафеты:



*Со спортом дружим
мы всегда,
Мы физкультуре рады!
Нас впереди победы
ждут,
Рекорды и награды!*



Творческая деятельность

Раскрашивание «Зимние виды спорта»



Спорт – это жизнь. Это легкость движения.

Спорт вызывает у всех уважение. Спорт продвигает всех вверх и вперед.

Бодрость, здоровье он всем придает. Все, кто активен и, кто не ленится, Могут со спортом легко подружиться.





Тренинг для родителей «Самомассаж в игровой форме»





Здоровье

Купить можно много:
Игрушку, компьютер,
Смешного бульдога,
Стремительный скутер,
Коралловый остров
(Хоть это и сложно),
Но только здоровье
Купить невозможно.
Оно нам по жизни
Всегда пригодится.
Заботливо надо
К нему относиться!

