|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **День недели.** | **Мероприятие** | **Сроки** | **Ответственный** |
| Понедельник | Тема: «Быть здоровыми хотим»  1.Открытие недели здоровья (оформление групп)  2.Физическая разминка «Если хочешь быть здоров – закаляйся!».  3.Валеологическая викторина «Друг наш спорт».  4.Прогулка с организацией подвижных игр.  5.Минутка здоровья (после сна)  6. «Волшебная капля» (экстракт шиповника)  7.Игры на спорт. площадке.  8.Игровой самомассаж «Поиграем с носиком», «Поиграем с ручками», «Поиграем с ножками».  9.Чтение книги Прокофьева «Румяные щечки». | 1 половина  дня.  Прогулка  2 половина дня.  Прогулка. | Воспитатели.  Физ. работник  воспитатель.  Валеолог.  Воспитатель.  Воспитатель.  М/с детсада.  Физ. работник.  Воспитатель,  М/с детсада.  Воспитатель. |
| Вторник. | Тема: «В гостях у Здоровейки»  1.Тропа препятствий (коврики, спортоборудование).  2.Музыкально-спортивная игровая деятельность «Здоровейка угощает».  3.Беседа «Витаминные травки» (приготовление витаминного чая).  4.Самостоятельная двигательная деятельность.  5. Соревнование с Лесовичком.  6. Минутка здоровья (после сна).  7. «Волшебная капля» (экстракт шиповника).  8. Беседа о личной гигиене.  9.Вечерняя прогулка (игры , эстафеты).  10.Выставка «Мой любимый вид спорта» (рисунки). | 1 половина дня.  Прогулка.  2 половина дня.  Прогулка. | Воспитатель.  Муз.руководитель  Физ. работник.  М/с детсада.  Воспитатель.  Воспитатель  Воспитатель.  М/с детсада.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель,  родители. |
| Среда | Тема: «Чистота – залог здоровья»  1.Ритмическая гимнастика «Музыкальная шкатулка».  2.Дидактические игры о здоровье (игры, загадки, «чудесный мешочек»).  3.Валеологическая беседа «Советы Доктора Воды».  4.Игра разминка в физ. зале «На берегу реки Амур».  5.Витаминный напиток «Лесная сказка».  6.Мини-поход «Тропинка здоровья» (под.игры, спорт.игры).  7.Минутка здоровья (после сна).  8.Викторина «Победим простуду».  9.Вечерняя прогулка, самостоятельная двигательная деятельность.  10.Панорама добрых дел (итоги дня).  11.Консультация-диолог для родителей «Победим простуду сообща». | 1 половина дня.  Прогулка.  2 половина дня.  Прогулка. | Муз.руководитеь.  Воспитатель.  Валеолог.  Физ. работник,  Воспитатель.  М/с детсада.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель,  м/сестра,  родители. |
| Четверг. | Тема: «Секреты белоснежной улыбки».  1.Утренняя гимнастика с элементами закаливания.  2.Посещение фото-выставки «Красивая улыбка – здоровые зубы».  3.Дид. игра «Хорошо-плохо».  4.Музыкальная сказка «Юные друзья Мойдодыра».  5.Рисование «Мои хорошие и вредные привычки».  6.Элексир «Бодрость» + вит. «С».  7.Игры – эстафеты на спорт. площадке, игры со спорт. инвентарем.  8.Минутка здоровья (после сна).  9.Валеологическая беседа «Советы доктора Айболита» (о зубах).  10. «Веселые игры».  11.Вечерняя прогулка (под.игры, игры коренных народов Амурской области).  12. «Школа здоровья для родителей» (круглый стол). | 1половина дня.  Прогулка.  2 половина дня.  Прогулка. | Воспитатель, м/с детсада.  Воспитатель.  Воспитатель.  Муз.руководитель  Воспитатель.  М/с детсада.  Воспитатель.  Воспитатель.  Валеолог.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель, физ. работник, м/с детсада. |
| Пятница. | Тема: «Мы болезней не боимся»  1.Гимнастика с элементами упражнений на развитие гибкости.  2.Подготовка к конкурсу «Самая спортивная группа».  3.Беседа «Хорошо ли быть спортсменом».  4. «Волшебная капелька» (экстракт шиповника).  5.Спортивное развлечение на спорт. площадке «Мы любим физкультуру!».  6.Минутка здоровья (игровой самомассаж после сна).  7.Конкурс «Самая спортивная группа»  8.Двигательная активность детей «Путешествие по территории детского сада».  9.Самостоятельная игровая деятельность детей. | 1 половина дня.  Прогулка.  2 половина дня.  Прогулка. | Воспитатель, м/с детсада.  Воспитатели, специалисты.  Воспитатель.  М/с детсада.  физ. работник, воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель, специалисты.  Воспитатель.  Воспитатель. |

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ ЗДОРОВЬЕ

**Осенние каникулы**

**«Нескучное здоровье»**

(недельные каникулы, старший возраст)

Мискевич В.С.

Воспитатель по ОР

МАДОУ

Детский сад №7

пгт Серышево

2013 год.

**Каникулы пятидневки.**

*Старший возраст*

**Цель:**

-продолжать формировать у детей потребность к здоровому образу жизни через разнообразные познавательно-игровые мероприятия.

*Младший возраст.*

**Цель:**

-воспитывать культурно-гигиенические навыки у детей в процессе игры.

***МЛАДШИЙ ВОЗРАСТ.***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **День недели.** | **Мероприятие.** | **Сроки.** | **Ответственный.** |
| Понедельник | Тема: «Быть здоровыми хотим».  1.Открытие недели здоровья (оформление группы).  2.Гимнастика по картинкам с элементами дыхательных упражнений («Сдуй пушинку»).  3.Игровой самомассаж «Сухое умывание».  4.Оздоровительное развлечение на спортплощадке «Мы веселые ребята».  5.Минутка здоровья (после сна).  6.Чтение стихотворения «Девочка чумазая».  7.Вечерняя прогулка (подвижные игры, народные игры).  8.Игровой массаж «Поиграем с ножками». | 1 половина дня.  Прогулка.  2 половина дня.  Прогулка. | Воспитатель.  М\с детсада.  Физ. работник,  воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  М/с детсада.  Воспитатель. |
| Вторник. | Тема: «В гостях у Здоровейки».  1.Гимнастика с мячиками, подвижные игры.  2.Музыкально-оздоровительное развлечение «Здоровейка угощает».  3.Игры с крупой.  4.Оздоровительные игра - забавы на прогулке: «Хомка», Буратино», «Спортсмены».  5.Минутка здоровья с самомассажем.  6.Малоподвижные игры: «Кто позвал?», «Поймай комара».  7.Вечерняя прогулка.  8.Игры в спортивном уголке. | 1 половина дня.  Прогулка.  2 половина дня.  Прогулка. | Воспитатель.  Муз.руководитель  воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель |
| Среда. | Тема: «Чистота – залог здоровья».  1.Гимнастика по сюжету.  2.Игры с мнимой водой и пеной.  3.Физкультурно-оздоровительное развлечение «Друзья Мойдодыра».  4.Прогулка. Игры-забавы «Докати мяч», «Дождик и солнышко», «Карусель», «Осенние листочки».  5.Минутка здоровья.  6.Спортивные игры на спортплощадке «Потяни канат», «Допрыгни до флажка», игры с кеглями.  7.Игры с водой.  8.Устный журнал для родителей: «Здоровье детей». | 1 половина дня.  Прогулка.  2 половина дня.  Прогулка. | Физ. работник.  Воспитатель.  Физ. работник,  валеолог.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  Специалисты,  м/с детсада,  воспитатель. |
| Четверг. | Тема: «Секреты белоснежной улыбки».  1.Гинастика с «Плюшевым мишкой».  2.Беседа: «Чистим зубки дважды в сутки».  3.Дид.игра «Пять дел перед сном».  4.Прогулка.  5.Минутка здоровья (после сна).  6.Чтение сказки «Зубик – зазнайка»  (в сопровождении фортепиано).  7.Вечерняя прогулка.  8.Театр картинок «Приключение Колобка» (о защите зубов от микробов). | 1 половина дня.  Прогулка.  2 половина дня.  Прогулка. | Воспитатель.  Валеолог.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  Муз.руководитель  Воспитатель.  Воспитатель. |
| Пятница. | Тема: «Мы болезней не боимся».  1.Гимнастика с элементами звуковых упражнений.  2.Дид.игра «Что нужно для того, чтобы быть чистым?» (по картинкам).  3. Оздоровительный досуг на спортплощадке.  4.Минутка здоровья (после сна).  5.Рисование для выставки «Что растет в саду и на огороде».  6.Подвижные, народные игры на прогулке.  7.Оформление выставки для родителей. | 1 половина дня.  Прогулка.  2 половина дня.  Прогулка. | Валеолог.  Воспитатель.  Физ .работник.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель.  Воспитатель. |