**МНОГОВАРИАНТНЫЙ ПЛАН ЗИМНИХ КАНИКУЛ В ДЕТСКОМ САДУ**

**Интеграция образовательных областей во время каникул**

|  |  |
| --- | --- |
| **Образовательная область** | **Реализация** |
| **Физическая культура, здоровье** | Оздоровительная работа, формирование культурно-гигиенических навыков и представлений о  здоровом образе жизни человека, профилактика переутомления. |
| **Безопасность** | Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе здоровья. |
| **Познание** | Расширение кругозора в части представлений о здоровье и ЗОЖ человека. |
| **Социализация** | Формирование представлений о здоровье и ЗОЖ, приобщение к ценностям физической культуры. |
| **Коммуникация** | Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и ЗОЖ человека |
| **Художественное творчество** | Использование средств продуктивных видов деятельности для обогащения и закрепления содержания областей «Здоровье», «Физическая культура». |
| **Чтение художественной литературы, Музыка** | Использование художественных произведений для обогащения и закрепления содержания областей «Физическая культура», «Здоровье»;  освоение двигательных эталонов в творческой форме. |

 Возраст детей: 6-7 лет

Место проведения: групповые помещения, физкультурный зал, музыкальный зал, улица

Цель каникул:

-Организовать продуманный активный отдых детей

-Снизить психологическую и умственную нагрузку на детский организм

***Тема каникул: «Быть здоровым – это модно!»***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| День недели | Формы работы | Место проведения с учетом гибкого режима дня |
| Понедельник**«Здоровому все здорово».** | * Оздоровительная утренняя гимнастика
* Чтение энциклопедии «Тело человека. Как мы устроены»

Цель: расширять знания и представления о человеческом организме.* Игра « Разрезные человечки», «Составь портрет»

Цель: уточнить представления о строении человеческого тела и назначении отдельных частей тела* Игра «Я расту»

Цель: формировать представления о возрасте человека; знакомить с некоторыми элементами периодизации возраста.* Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик самый сильный…»
* Совместная деятельность взрослого и детей: игра-путешествие в страну Здоровяков (по станциям: Режим дня, Чистота и Гигиена, Правильное питание, Спорт и Закаливание, Хорошее настроение)
* Дневная прогулка:

 игра малой подвижности «Чем я с другом поделюсь»Цель: закрепить знания о назначении предметов личной гигиены.Элементы спортивных игр с мячом: «Забрось в кольцо», «Обведи мяч». Подвижная игра «Что мы видели не скажем, а что делали покажем»Цель: развивать находчивость, сообразительность, умение перевоплощатьсяКатание с горки.Индивидуальная работа по развитию движений: зависит от уровня физического развития детей.*Вторая половина дня** Оздоровительные мероприятия после сна: бодрящая гимнастика; босохождение по «дорожке здоровья» (массаж стоп); воздушные ванны.
* Сюжетно-ролевые игры «Мы спортсмены», «Поликлиника»

Цель: закреплять знания о профессиональных действиях; воспитывать навыки взаимодействия.* Художественное творчество «Как здоровье найти»

Цель: развивать детское творчество, умение воплощать свой замысел в рисунке, закрепить представления о здоровом образе жизни.* Вечерняя прогулка: самостоятельная деятельность детей, подвижные и спортивные игры.
 | Физкультурный залГрупповое помещениеНа улице. При морозной погоде проводится в хорошо проветренном физкультурном залеПомещение спальниГрупповое помещениеПри морозной погоде игры проводятсяфизкультурном или музыкальном залах |
| Вторник**«Зимние забавы и развлечения»** | * Оздоровительная утренняя гимнастика
* Игра «Собери картинку» (новогодняя тематика)

Цель: упражнять в составлении целого из частей.Загадки о зиме, зимних забавах и развлеченияхЦель: развивать слуховое внимание, быстроту мышления* Пальчиковая гимнастика «Елочка», «Снеговик»
* Совместная деятельность взрослого и детей: музыкальный праздник « Прощание с елочкой»
* Дневная прогулка:

 Подвижные игры «Ловишки », «На санки»Цель: упражнять в беге в разные стороны, умении ориентироваться в пространстве, быстро добегать до санок и садиться на нихКонкурс «Лепим фигуры из снега»Цель: учить слепить из снега простые фигурки, схожие с простыми предметами; закрепить знания о свойствах снега.Индивидуальная работа по развитию движений: зависит от уровня физического развития детей.Катание с горки.*Вторая половина дня*Оздоровительные мероприятия после сна: бодрящая гимнастика, босохождение по «дорожке здоровья» (массаж стоп), воздушные ванны.* Чтение художественной литературы: Ирина Гурина «Зимние забавы»
* Художественное творчество «Бусы для Снегурочки»
* Вечерняя прогулка: самостоятельная деятельность детей, подвижные и спортивные игры.
 | Физкультурный залГрупповое помещениеМузыкальный залНа улице. При морозной погоде проводится в хорошо проветренном физкультурном залеПомещение спальниГрупповое помещениеПри морозной погоде игры проводятсяв зале |
| Среда**«Зимние Олимпийские Игры»** | * Оздоровительная утренняя гимнастика
* Познавательная беседа об истории олимпийского движения, его символике.
* Загадки о спорте, спортивном инвентаре

Цель: закреплять представления о различных видах спорта, развивать слуховое внимание, быстроту мышления.* Игры «Кому, что нужно для занятий спортом», «Назови спортсмена», «Подбери слово»

Цель: закреплять умение группировать предметы по смыслу, упражнять в образовании, употреблении и правильном произношении слов.* Дневная прогулка:

 Совместная деятельность взрослого и детей: спортивный праздник «Детские Зимние Олимпийские игры»Катание с горки.Индивидуальная работа по развитию движений: зависит от уровня физического развития детей.*Вторая половина дня** Оздоровительные мероприятия после сна: бодрящая гимнастика, босохождение по «дорожке здоровья» (массаж стоп), воздушные ванны.
* Чтение художественной литературы: В.Радченко «Твой олимпийский учебник», С.Прокофьева «Румяные щеки»
* Художественное творчество: «Нарисуй олимпийскую эмблему, медаль»

Цель: развивать творческое воображение, умение воплощать свой замысел в рисунке; навыки работы с красками, кисточками. * Вечерняя прогулка: самостоятельная деятельность детей, подвижные и спортивные игры.
 | Физкультурный залГрупповое помещениеНа улице. При морозной погоде проводится в хорошо проветренном физкультурном залеПомещение спальниГрупповое помещениеПри морозной погоде игры проводятсяв зале |
| Четверг**«Я здоровье берегу, сам себе я помогу»** | * Оздоровительная утренняя гимнастика
* Беседа: «Здоровье в порядке – спасибо зарядке»

Цель: Помочь детям понять важность физической культуры для сохранения и укрепления здоровья.* Просмотр иллюстраций: «Моё здоровье – моё богатство».
* Заучивание пословиц и поговорок о здоровье.

Цель: Учить детей заботиться о своём здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью. Помочь детям понять, что здоровье зависит от многих факторов: Соблюдение правил гигиены, питания. Правил физкультуры и закаливания.* Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются»(Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова)

 Дневная прогулка:* Спортивные соревнования с участием родителей «Зимние забавы»

Цель: Вызвать у детей радостное, бодрое настроение от совместных соревнований с родителями. Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи, поддерживать в детях спортивный дух, желание заниматься физической культурой, вести здоровый образ жизни*Вторая половина дня** Оздоровительные мероприятия после сна:- бодрящая гимнастика, «Тропа здоровья» (массаж стоп);- воздушные ванны, массаж спины (дети выполняют друг другу стоя «паровозиком»)

(М.Ю.Картушина)* Совместно с детьми разработать «Правила чистюли»

Цель: Воспитывать положительное отношение к чистоте* Дидактическая игра «Опасно – не опасно»

Цель: Помочь ребенку отличить опасные и неопасные для жизни ситуации. Соблюдать правила безопасного поведения в различных ситуациях.* Аромотерапия
* Художественное творчество «Как здоровье найти» Цель: развивать детское творчество, умение воплощать свой замысел в рисунке, закрепить представления о здоровом образе жизни
* Вечерняя прогулка: самостоятельная деятельность детей, подвижные и спортивные игры.
 | Физкультурный залГрупповое помещениеНа улице. При морозной погоде проводится в хорошо проветренном физкультурном залеПомещение спальниГрупповое помещениеПри морозной погоде игры проводятсяв зале |
| Пятница**«Любимые игры»** | * Оздоровительная утренняя гимнастика
* Ситуативный разговор «Моя любимая игра» (выяснить в какие игры дети любят играть; какие дворовые игры они знают)
* Словесная игра «Испорченный телефон»
* Упражнение «Кто больше соберет игрушек ногами»

Цель: развитие психомоторных функций, ловкости; оздоровительные задачи – легкий массаж стоп, возбуждение активных точек на стопах.Дневная прогулка:* Народная игра «Взятие снежного городка» (заранее построенного на прогулках

Цель: создать бодрое, жизнерадостное настроение, расширять знания детей о Р.Н.И. в которых отражается исконная любовь народа к веселью, движениям, удальству* Спортивный досуг «Ярмарка»

Цель: Продолжать знакомить детей с народным фольклором. Закреплять навыки игры в русских народных играх «Горелки», «Мешочек», «У медведя во бору», «Баба - Яга». Закреплять знания детьми пословиц, поговорок, считалок. Воспитывать выдержку, внимание. Развивать интерес к Р.Н.И.Вторая половина дня• Оздоровительные мероприятия после сна: бодрящая гимнастика, босохождение по «дорожке здоровья» (массаж стоп), воздушные ванны.* Посиделочные игры

«Колечко, колечко, выйди на крылечко», «Летел лебедь по синему небу»Цель: развивать увертливость, скорость реакции, закреплять счет* Рисование «Моя любимая игрушка».

Цель: передать образ и свое отношение к своей любимой игрушке в рисунке.• Вечерняя прогулка: самостоятельная деятельность детей, подвижные и спортивные игры. | Физкультурный залГрупповое помещениеНа улице. При морозной погоде проводится в хорошо проветренном физкультурном залеПомещение спальниГрупповое помещениеПри морозной погоде игры проводятсяв зале |