**Неделя здоровья с 01.04.13 по 05.04.13г. в старшей группе**

**Понедельник**

**«Островок босоножия»**

**Цель:** Формировать у детей потребность к здоровому образу жизни, навыки гигиены и профилактики заболеваний. Повышать устойчивость организма ребёнка к резким колебаниям температуры и к переохлаждению.

**Утро:**Утренняя гимнастика с элементами босохождения. (в облегчённой одежде).

Профилактическая гимнастика (дыхательная, коррегирующая, на предупреждение плоскостопия, осанки, зрения), ритмика.

Обширное умывание, мытьё рук, игры с водой, прогулки.

**Вторая половина**  **дня**:

Закаливающая гимнастика после дневного сна с музыкальным сопровождением.

Сюжетно-ролевая игра «Необитаемый остров»

Чтение глав из книги «Как стать Неболейкой».

Индивидуальные беседы с родителями о закаливании детей.

**Вторник**

**«Волшебные точки»**

**Цель:** Продолжать использовать в работе нетрадиционные формы оздоровления детей: приёмы массажа биологически активных точек; самомассажу тела, лица. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью.

**Утро:**Утренняя гимнастика с элементами точечного массажа.

Рассматривание плаката «Строение человека».

Массаж биологически активных зон (стоп, лица, рук, головы, живота, груди) с использованием художественного слова.

Пальчиковая гимнастика «У оленя дом большой».

**Вторая половина** **дня**:

Чтение художественной литературы: Михалков «Про мимиозу»

Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника».

Консультация-практикум для родителей и детей «Обучение приёмам массажа».

Подбор материала родителями «Советы бывалых лекарей».

**Среда**

**«День народных рецептов»**

**Цель:** Продолжать знакомить детей с лекарственными травами, народными рецептами. Учить различать травяные настои. Продолжать учить детей заботиться о своём здоровье для укрепления иммунитета.

**Утро:** подвижная игра "Сбор ягод и грибов", игра на внимание "плывет, едет, скачет".

Утренняя разминка с элементами дыхательной гимнастики (в облегчённой одежде).

Полоскание горла отварами трав.

Аромомедальоны (чеснок). Ароматизация помещений (лук, чеснок).

**Физкультурное развлечение:** «Лесная аптека».

**Вторая половина дня**:

Составление и оформление газеты из принесенных рецептов на тему: «Советы бывалых лекарей». Ароматизация помещений (лук, чеснок).

Беседа (за чаепитием из шиповника) на тему "Как люди в старину спасались от простуды".

Вечер народных подвижных игр: "Ловишка в кругу", "Черное - белое", и др.

Подбор материала родителями «Советы бывалых лекарей».

**Четверг**

**«День чистюль»**

**Цель:** Формировать навыки самоконтроля за выполнением правил личной гигиены. Воспитывать аккуратность, чистоплотность.

**Утро**: дидактическая игра-аттракцион «Вымой чисто руки товарищу»; организация трудовой деятельности «Красиво сервируем стол».

Конкурс на звание «Самый чистый и опрятный».

**Музыкальное развлечение:**"Музыка здоровья"

**Вторая половина** **дня**:

Просмотр мультфильма «Мойдодыр».

Встреча с доктором Айболитом - театральное представление (тема формирование гигиенических навыков).

Подведение конкурса «Самый чистый и опрятный».

Консультация для родителей «Правильная осанка - залог здоровья».

**Пятница**

**«Физкультура и спорт к здоровью ведут».**

**Цель:** Создать атмосферу комфорта, помочь каждому ребёнку осознать значение физических упражнений в оздоровлении всего организма. Удовлетворять потребность детей в двигательной активности, обучать приёмам саморегуляции. Воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

**Утро:** Рассматривание альбома «Олимпийские игры».

Коллаж «Физкультура и спорт к здоровью ведут».

**Физкультурный праздник на улице**«Как зима с весною силой мерилась».

**Вторая половина дня**:

Дидактическая игра: «Угадай вид спорта».

Викторина «Неболейка».

Игровые занятия с футболом, игры-забавы, эстафеты, подвижные игры.

Конкурс рисунков «Папа, мама, я - здоровая семья».

Презентация «Здоровые дети – на брусничкиной планете».