Государственное бюджетное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №994

Подготовительная группа

«Неделя здоровья»

С 20.10.14 по 24.10.14

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| День недели | Мероприятие | Ответственные |
| Понедельник 20.10.14 | 1. Утренняя гимнастика «Станем чемпионами» 2. Подготовка фотоматериалов к оформлению выставки 3. Беседа: «Чистота - вот лучшая красота» (Е. В. Баринова с.113) 4. Игровая деятельность «По тропе здоровья» 5. Сюжетно-ролевая игра «Травмпункт» | Миленко Т. В. |
| Вторник  21.10.14 | 1. Оформление фотовыставки «Здоровая семья -дружная семья»  2 .ФЦКМ «Чтоб здоровым быть всегда нужно заниматься»  3. Физкультурно-оздоровительное занятие «Движение -существенный признак жизни» | Миленко Т. В.  Крылова Н. В. |
| Среда  22.10.14 | 1. Консультация для родителей «Организация здоровьеукрепляющего двигательного поведения детей»  2.Игра «Осенние правила доктора «Неболейкина»  (Е. И.Гуменюк с.51)  3. Театрализация стихотворения «Нестриженный Федот»  4. Спортивный детско-родительский праздник «Папа, мама и, я - самая здоровая семья» (Т.Е. Харченко с.83) | Крылова Н. В.  Миленко Т. В. |
| Четверг  23.10.14 | Д/и « Проведи зарядку»  Беседа «Береги свой позвоночник»  (М. Ю. Картушина с.45)  Эстафета «Осенние старты»  С/р игра «Магазин полезных продуктов» | Крылова Н. В.  Миленко Т. В |
| Пятница  24.10.14 | Просмотр мультфильма «Кругосветное путешествие за белоснежной улыбкой»  Продуктивная деятельность «Королева гигиены»  Соревнование родители-педагоги «С физкультурой все мы дружим» | Крылова Н. В.  Миленко Т. В |

.

* Утренняя гимнастика "Станем чемпионами".

1. Ходьба с подниманием рук вверх и опусканием вниз, хлопки:

Только в лес мы все зашли,

Появились комары.

Руки вверх над головой,

Руки вниз - хлопок-другой.

 2. Ходьба на внешней стороне ступни с покачиванием вправо-влево:

Дальше по лесу шагаем,

И медведя мы встречаем.

Руки за голову кладем

И вразалочку идем.

 3. Прыжки с ноги на ногу "по камешкам":

По дорожке мы идем -

Перед нами водоем.

Прыгать будем мы смелее

И по камушкам смелее.

Раз-два, раз-два

Позади уже вода.

 4. Бег "ручеек" между расположенными на полу предметами "камешками":

Ручеек в лесу бежит

И куда-то он спешит.

Все быстрее и быстрее.

Буль-буль-буль - вода журчит.

 5. Ходьба с подниманием рук:

А теперь опять шагаем,

Руки выше поднимаем,

Дышим ровно, глубоко,

Ходи прямо и легко.

 6. Наклоны вперед, руками коснуться пола, выпрямиться, поднять руки вверх:

Вдруг мы видим у куста -

Выпал птенчик из гнезда.

Тихо птенчика берем

И назад в гнездо кладем.

 7. Повороты туловища влево, вправо с определенной рукой:

Справа зреет земляника,

Слева - сладкая черника,

Справа - красная брусника,

Слева спеет ежевика.

Ягоды все соберем

И погтом домой пойдем.

 8. Приседания:

Но снакчала мы присядем,

Нежно зайчика погладим.

Ежика в траве найдем,

Но с собой не заберем.

Под осинкой гриб найдем

И с собой его возьмем.

 9. Прыжки на двух на ногах:

Кто-то зайку испугал,

Зайка быстро ускакал.

Скачем быстро мы за ним

И домой скорей спешим.

Прыг-скок, прыг-скок,

Очень радостный денек.

 10. Успокоительная ходьба:

Впереди видна страна:

Очень странная она.

К ней идем мы как спортсмены.

В спорте нет для нас замены.

Любим спортом заниматься,

Будем очень мы стараться.