**ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ, ПРОВЕДЁННЫХ В РАМКАХ НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ**

**«Наше здоровье в наших руках»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Направления развития ребёнка** | | | | | | |
| **Дата** | | **Организация образовательной и самостоятельной деятельности в течение дня** | | | | |
| **Физической развитие и здоровье** | **Познавательное развитие** | **Речевое развитие** | **Социально-личностное развитие** | **Художественно-эстетическое развитие** |
| **02.11. 2015 г. День психологического здоровья «Вместе весело шагать»**  **ЦЕЛЬ:** создание психолого-педагогических условий, обеспечивающих психологический, эмоциональный комфорт в детском коллективе. | | | | | | |
| **Понедельник**  **У**  **Т**  **Р**  **О** | **Коррекционно-развива-ющая игра** «Утреннее приветствие» - *способ-ствовать психическому развитию и личностному росту ребёнка.*  **Игра-тренинг** «Человечки  настроения» - *развитие умения распознавать разные эмоции.*  **Веселая зарядка** (с ) под музыку «Эй, лежебоки!» - *поднять настроение, зарядить бодростью.* | | **1.НОД: Ребёнок и окружающий мир: тема «Погода и настроение» -** *помочь детям осознать, какие чувства и настроение вызывает та или иная погода. Развивать коммуникативные навыки детей через чувство эмоциональной отзывчивости.* | **Проблемная ситуа-ция** «Поссорились – помирились» - *обсуждение проблемы, поиск путей ее решения; развивать мыслительную деятельность у детей.* | **Здравствуй, утро доброе:** *игры с воздушными шарами «Мое настроение» - надуть воздушные шары разных цветов (цвет шара соответствует настроению ребенка) и украсить ими группу.* | **2.НОД: Музыкальное -** *учить различать изо-бразительность, сред-ства музыкальной выра-зительности, создаю-щие образ. Петь лёгким подвижным звуком, в умеренном темпе, про-певать правильно мело-дию песни. Учить детей ходить и бегать под музыку по кругу друг за другом и врассыпную, выполнять кружение и махи руками. Самосто-ятельно начинать и за-канчивать движение в соответствии с нача-лом и окончанием звуча-ния музыки.*  **Арт-терапия** работа с мятой бумагой – *раз-вивать умение свободно выражать эмоциональ-ное состояние, снятие мышечного напряжения, тревожности, агрессии.* |
| **Самостоятельная деятельность** | **Игры с мозайкой –** *учить строить изображения разных предметов по образу, развивать зрительное восприятие, мелкую моторику рук.* | | | | | |
| **П**  **Р**  **О**  **Г**  **У**  **Л**  **К**  **А** | **Игра-тренинг** «Листопад» *- снятие психоэмо-ционального напряжения,*  *снижение агрессии, ослабление негативных эмоций.*  **Подвижная игра** «Найди себе пару» - *упражнять детей в беге, развивать ловкость, умение действовать по сигналу.*  **Спортивная игра** «Серсо»: упражнение «Попади в предмет» - *развивать у детей мет-кость, ловкость, способствовать выработке хорошей осанки.*  **Оздоровительная про-бежка** по территории д/сада «В поисках клада» - *развивать интерес к пробежкам, выносливость, повышать функциональные возможности организма.* | | **Наблюдение:** «Отметь на участке то, что создаёт тебе хорошее настроение» **-** *учить детей в пасмурной погоде отмечать красивое и получать от этого положительный настрой.*  **Составление букетов** из осенних цветов и листьев – *учить замечать необычные краски в природе; предложить обследовать опавшие листья при помощи глаз, носа и пальчиков.* | **Беседа** с детьми на тему: «Тот, кто улыбается, с любой бедой справляется!» - *формирование пред-ставлений о том, что может вызвать улыбки и хорошее настроение.* | **Коррекционно - развивающая игра** «Весёлые шарики» - *учить детей действовать дружно, поощрять совместные действия; упражнять в игре с воздушными шариками; развивать ловкость, внимание.*  **Трудовые поручения:** сбор листьев для создания гербария, изготовления поделок – *актуализировать знания детей об основной цветовой гамме, развивать у детей чувство прекрасного.* | **Инсценировка** стихо-творения «Верные друзья» - *развивать выразительность речи, умение эмоционально и выразительно общать-ся, участвовать в драматизации.* |
| **Самостоятельная деятельность** | **Самостоятельная двигательная деятельность –** *расширять представления детей о продуктивных и интересных способах проведения досуга.* | | | | | |
| **Сон под успокаивающую музыку.**  **Гимнастика пробуждения «Забавные котята»-** *поднять настроение и мышечный тонус детей.*  **Закаливающие процедуры (**босохождение по массажным дорожкам). | | | | | | |
| **В**  **Е**  **Ч**  **Е**  **Р** | | **Разучить пальчиковую гимнастику** «Апельсин» - *развитие мелкой моторики рук.* | **Исследовательская работа** в уголке природы «Найди цветы, у которых хорошее настроение» - *учить детей определять здоровые цветы.* | **Чтение стихов** не-былиц-перевёртышей – *поддержать наст-роение детей; учить слушать и запоми-нать, договаривая слова и небольшие фразы.* | **Дидактическая игра** «Мир эмоций» - *развитие коммуникативных навыков и эмоционально-волевой сферы детей.*  **Просмотр видеоролика**«Улыбки животных» *- поддержать радостное настроение детей.* | **Коллективное рисова-ние** «Какого цвета счастье!» - *создать положительную атмосферу в группе от совместной работы.*  **Танцевальная терапия:** «Дискотека «Серпантин»  **-** *изменение эмоциональ-ного состояния музы-кальными средствами, эмоциональная разряд-ка, сближение детей.* |
| **Самостоятельная деятельность** | | **Игры в игровых уголках –** *поощрять самостоятельность детей, желание самостоятельно выбирать сюжет, оказывать помощь при выборе предметов – заместителей.* | | | | |
| **Работа с родителями:**  1. Оформление «Живой газеты» на тему: «Что такое радость?» - *оптимизировать настроение взрослых, расширять их представления о заявленной эмоции.*  2. Памятка ««Психологическая безопасность ребенка». | | | | | | |
| **03.11.2015 г. «День чистюль и аккуратистов»**  **ЦЕЛЬ:**  закреплять культурно-гигиенические навыки у детей, приобщать детей к занятиям спортом и физкультурой, развивать двигательную активность, закреплять навыки личной гигиены. | | | | | | |
| **Вторник**  **У**  **Т**  **Р**  **О** | | **Практическое упражнение** «Сидим красиво» - *учить детей сидеть за столом в соответствии с правилами этикета, есть аккуратно не спеша.*  **2.НОД: Физкультурное** «Весёлые старты» - *реализация двигательной потребности детей дошкольного возраста.* | **1.НОД: Ребёнок и окружающий мир:** тема «Путешествие в город витаминов» - *сформировать у детей желание заботится о своём здоровье.*  **Дидактическая игра** «Чудесный мешочек» с предметами личной гигиены (мыло, расчёска, зубная щётка, носовой платок, зубная паста) - *побуждать детей обследовать предмет и узнавать его по характерным признакам, развивать тактильное восприятие.* | **Беседа** на тему: «В гостях у Мойдодыра» - *формировать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур; воспитывать интерес к здоровому образу жизни.* | **Объявить конкурс** на звание «Самый чистый и аккуратный» - *учить детей в течение дня содержать в порядке своё тело и одежду.*  **Сюжетно-ролевая игра** «Семья»: игровая ситуация «Погладим бельё» - *побуждать детей отражать в игре знания и впечатления, полученные во время наблюдений, игр. Формировать умение подбирать атрибуты, вести диалоги.* | **Арт-терапия (рисование ладошками) –** *развитие умения свободно выра-жать эмоциональное состояние, снятие мы-шечного и психоэмо-ционального напряжения, развитие сплочённости; учить работать аккуратно.* |
| **Самостоятельная деятельность** | |  | | | | |
| **П**  **Р**  **О**  **Г**  **У**  **Л**  **К**  **А** | | **Подвижная игра** «Море волнуется» - *развивать фантазию, умение выражать в движении задуманный образ.*  **Игровое упражнение** «Кто выше, кто дальше?» - *учить детей правильно выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, развивать гибкость коленных суставов.* | **Наблюдение** за свойствами воздуха – *формировать у детей представления о том, что воздух нужен всему живому на земле, что воздух окружает нас повсюду; рассказать об охране чистоты воздуха.*  **Эксперимент:** «Можно ли поймать воздух?» (пакетом) – *дать детям самостоятельно понять, что воздух есть повсюду.*  **Дидактическая игра** «Назови правильно по-рядок умывания» - *учить использовать в речи сложноподчинен-ные предложения с союзами «чтобы», «потому что».* | **Словесная игра** «Придумай предложение со словом «Здоровье»**-** *закрепить умение образовывать предложения из слов.* | **Трудовая деятельность:** сбор опавшей листвы на участке - *учить детей работать детскими граблями, убирать листву качественно, чисто; работать дружно.*  **Сюжетно-ролевые игры** «Детский сад», «Семья» - *продолжать учить детей сговору на игру, выбору удобного места, отра-жению в игре характерных действий с предметами и человеческих взаимоот-ношений.* | **Драматизация отрывков** произведения «Мойдодыр» - *развить творческую активность детей, выразительность; закрепить знание содер-жания произведения; сформировать интерес к творчеству К.И. Чуковского; развивать выразительную речь.* |
| **Самостоятельная деятельность** | | **Сюжетно-ролевые игры –** *учить детей сговору на игру, выбору места для игры, отражению в игре человеческих взаимоотношений.* | | | | |
| **Сон под успокаивающую музыку.**  **Гимнастика пробуждения** «Забавные котята»- поднять настроение и мышечный тонус детей.  **Закаливающие процедуры** (босохождение по массажным дорожкам). | | | | | | |
| **В**  **Е**  **Ч**  **Е**  **Р** | | **Артикуляционная гимнастика** «Чистим зубки» - *вырабатывать подъем языка вверх и умение владеть языком.*  **Подвижная игра** «Попа-ди в круг»- *развивать умение детей выполнять бросок мешочка с песком, стараться попасть в обруч, учить принимать правильное исходное положение, развивать меткость, глазомер.* | **Экскурсия в прачеч-ную - -** *продолжать знакомить детей с трудом работника по стирке и ремонту белья, рассказать, как она заботиться о чисто-те детского постельного белья и полотенец, воспитывать уважение к её труду.*  **Дидактическая игра** «Что микробу хорошо, что микробу плохо»-*закрепление знаний, правил личной гигиены.*  **Опытническая деятельность:** «Ах какая пенка!»  - *развивать самостоя-тельную эксперимен-тальную деятельность, любознательность и по-знавательную активность.* | **Загадывание загадок** о предметах личной гигиены - *развивать слуховое внимание, быстроту мышления.* | **Трудовая деятельность** «Постираем кукольную одежду»- *способствовать возникновению у детей желания оказать воспитателю помощь, продолжать развивать трудовые навыки; выполнять поручение старательно***.**  **Подведение итогов** конкурса «Самый чистый и аккуратный». Награждение победителей - *учить детей справедливо оценивать себя и сверстников*. | **Свободное рисование** на тему «Что такое чистота?» - *развивать фантазию детей, умение передавать в рисунке сюжет, который себе представил.* |
| **Самостоятельная деятельность** | | **Художественно-изобразительная деятельность детей на тему: «Что такое чистота?» -** *развивать фантазию, творчество.* | | | | |
| **Работа с родителями:**  Папка-передвижка: Консультация для родителей «Как привить малышу аккуратность» - *дать родителям практические советы по воспитанию в детях аккуратности.* | | | | | | |
| **05.11. 2015г. День «Я здоровье берегу – я спортсменом стать хочу»**  **ЦЕЛЬ:** формировать представления детей о своем здоровье, о необходимости заниматься спортом и физкультурой для укрепления своего здоровья, формировать представления о спорте, видах спорта, спортивных снарядах. | | | | | | |
| **Четверг**  **У**  **Т**  **Р**  **О** | | **Практическое упражне-ние** «Нет микробам!» - *обсудить с детьми, по-чему руки необходимо мыть с мылом, рас-сказать о том, что мыльная пена помогает лучше промывать.*  **Пальчиковая гимнас-тика** «Спортсмены» -*развитие мелкой моторики рук.*  **Дыхательная гимнас-тика** «Вот какие мы большие!»- *тренировка правильного носового дыхания, формирование углубленного вдоха.* | **1.НОД: Ф.Э.М.П.**  **Цели:** *учить детей и правильно называть круг и квадрат; упражнять в обследовании моделей фигур путём обведения их контуром пальцем и прослеживания взглядом за движением руки; учить находить много предметов и 1 предмет в специально подготовлен-ной обстановке.*  **Рассматривание альбо-ма** о спортсменах, видах спорта –*воспитывать желание заниматься физкультурой, уточнить знания о видах спорта.* | **Беседа** с детьми на тему: «Кто по улицам гуляет – тот здоров и не чихает!» - *расши-рить представление детей о значении и пользе прогулок на улице.* | **Сюжетно-ролевая игра** «Дом спорта» - *расширить знания детей о работе тренера, о значимости занятий спортом для здоровья, активизировать речь детей.* | **2.НОД: Музыкальное –**  *учить различать изо-бразительность, сред-ства музыкальной выра-зительности, создаю-щие образ. Петь лёгким подвижным звуком, в умеренном темпе, про-певать правильно мело-дию песни. Учить детей ходить и бегать под музыку по кругу друг за другом и врассыпную, выполнять кружение и махи руками. Самосто-ятельно начинать и за-канчивать движение в соответствии с нача-лом и окончанием звуча-ния музыки.* |
| **Самостоятельная деятельность** | | **Игры с любимыми игрушками –** *учить использовать игрушки по назначению, реализовывать с их помощью различные игровые сюжеты.* | | | | |
| **П Р О Г У Л К А** | | **Медицинская эстафета:**  - «Помоги Айболиту собрать медицинский чемоданчик».  - «Кто быстрее доберётся до больного».  - «Кто быстрее выложит знак (из пробок) скорой помощи».  **Подвижная игра** «Мы весёлые ребята!» - *развивать внимание детей, формировать умение действовать по сигналу, упражнять их в беге.* | **Прогулка на стадион детского сада -** *знако-мить детей с физкуль-турным оборудованием на стадионе, объяснить его назначение.*  **Наблюдение:** осенний ветер – *объяснить детям, чем опасен для здоровья осенний ветер; какие правила нужно соблюдать во время ветряной погоды.*  **Дидактическая игра** «Кому что нужно» **-** *учить детей правильно называть спортивное оборудование, опреде-лять необходимость спортивного снаряда для каждого вида спорта.* | **Игра-рассуждение** «Что мне нужно, чтобы чувствовать себя здоровым?» - *определить отношение детей к своему здоровью.* | **Труд в природе:** сбор ягод рябины для зимней подкормки птиц –*учить детей**договариваться о сотрудничестве, воспитывать ответственность за порученное дело, приучать заботится о птицах.* | **Рисование** цветными мелками на асфальте на тему: «Я рисую здоровье» - *развивать фантазию, творчество.* |
| **Самостоятельная деятельность** | | **Рисование цветными мелками на асфальте –** *учить самостоятельно придумывать рисунок.* | | | | |
| **Сон под успокаивающую музыку.**  **Гимнастика пробуждения** «Забавные котята»- *поднять настроение и мышечный тонус детей.*  **Закаливающие процедуры** (босохождение по массажным дорожкам). | | | | | | |
| **В Е Ч Е Р** | | **Психогимнастика** на вкусовые анализаторы «Попробуй и отгадай» - *учить определять по вкусовым качествам овощи и фрукты, и называть их.*  **Релаксация** «Ненужные газеты и журналы» (ре-зать ножницами, рвать, мять) – *снятие психоэмоционального напряжения.* | **Дидактическая игра:** «Витаминная азбука» - *закрепить знания о витаминах, пользы для здоровья человека, содержание тех или иных витаминов в овощах и фруктах.*  **Беседы** за чаепитием (настой шиповника) о том, как люди в старину спасались от простуды –*эмоциональное сближе-ние детей друг с другом и воспитателем.* | **Чтение** произведе-ний: С.Михалков «Прививка», В.Су-теев «Бегемот, кото-рый боялся приви-вок» - *учить детей понимать содержа-ние произведения, видеть в произведе-нии юмор.*  **Заучивание** погово-рок, пословиц о здо-ровье, спорте - *раз-вивать память детей.* | **Трудовая деятельность** «Посадка лука» - *закрепить знания детей об алгоритме посадки лука; о потребности растения в земле; о пользе его полезных качеств.* | **Музыкальная игра** «Импровизация» - *про-должать учить выпол-нять танцевальные дви-жения; учить менять движения, соответст-вуя музыке.* |
| **Самостоятельная деятельность** | | **Самостоятельная деятельность детей –** *поощрять участие в играх, объединение в мини-группы для совместных игр, деятельности.* | | | | |
| **Работа с родителями:**  **1.** Анкетирование родителей на тему «Растём здоровыми» - *получение информации о формах и методах оздоровления детей дома.*  **2.** Оформление альбома семейных рецептов здоровой пищи «Скажи бутерброду вреднючему: «Нет!» Мы выбираем здоровый обед!». | | | | | | |
| **06.11.2015г. «Твоя безопасность в твоих руках»**  **ЦЕЛЬ:** формирование у детей дошкольного возраста понятия о здоровом образе жизни, знаний, как избегать опасных ситуаций, правил безопасного поведения на улице и в быту. | | | | | | |
| **Пятница**  **У**  **Т**  **Р**  **О** | | **1.НОД: Физкультурное**  **«**Я-пешеход» - *создание условий для снижения детского травматизма на дорогах; учить различать проезжую часть дороги и место перехода «Зебра»; учить понимать значение зелё-ного и красного сигналов светофора; развивать умение ориентироваться в пространстве, внима-ние, уверенность в своих действиях.*  (кн.Н.В.Коломеец «Формирование культуры безопасного поведения у детей 3-7 лет» стр.126). | **Рассматривание** сюжет-ных картинок «Люди важных профессий» (полицейский, пожарный, служба спасения, врач, инспектор ГИБДД) – *расширить знания детей о людях героических профессий.* | **Чтение** и анализ сказки «Кошкин дом» С.Я.Маршака – *учить детей делать выводы, находить правильные пути решения проблемы.*  **Игра - придумыва-ние:** «Как непослуш-ный котенок обжег себе лапу» - *дать детям понятие о пользе и вреде огня, вызвать у детей желание быть осторожным с огнем.* | **Строительные игры:** «Новый дом для кошки» -*напомнить детям об основных частях дома: стены, крыша, труба, дверь, окна и т.д.;**учить строить различные дома, развивать воображение.* | **2.НОД: Аппликация** на тему «Зебра», «Глазки Светофорика» - *продол-жать учить работать с ножницами, закрепить правила безопасности при работе с ножницами.* |
| **Самостоятельная деятельность** | | **Самостоятельная игровая деятельность по сюжету «Семья» -** *развивать умение детей придумывать несложный сюжет.* | | | | |
| **П**  **Р**  **О**  **Г**  **У**  **Л**  **К**  **А** | | **Игровое упражнение** «Не забегай в кружок» - *развивать быстроту движений, учить увёртываться от водящего.* | **Экскурсия** к проезжей части: наблюдение за пешеходами – *закреплять знания о пешеходной части дороги, правилах дорожного движения.*  **Эксперимент:** «Далеко или близко» - *учить определять расстояние до машины.* | **Рассказ** воспитателя и детей из личного опыта о возможных травмирующих ситуа -циях, опасных для здоровья – *учить детей находить верное решение.* | **Трудовая деятельность:** сгребание опавших листьев к корням деревьев - *совершенствовать трудовые навыки детей, умение пользоваться трудовым инвентарём.* | **Музыкально - д/игры** «Лиса и зайцы», «Сол-нышко и дождик» **-** *учить быстро реаги-ровать в различных ситуациях***.** |
| **Самостоятельная деятельность** | | **Игры – забавы с вертушками, флажками, цветными ленточками –** *содействовать созданию общей радостной атмосферы.* | | | | |
| **Сон под успокаивающую музыку.**  **Гимнастика пробуждения** «Забавные котята»- *поднять настроение и мышечный тонус детей.*  **Закаливающие процедуры** (босохождение по массажным дорожкам). | | | | | | |
| **В**  **Е**  **Ч**  **Е**  **Р** | | **Работа в уголке физического воспитания –** *продолжать знакомить детй с диском «Здоро-вья», повторить правила безопасного поведения с ним, повышать двигате-льную активность детей, развивать самостоятельность, творческие способности.* | **Развивающий плакат «Служба 911» -** *помочь детям запомнить номера телефонов экстренных служб.* | **Беседа на тему:** «Когда остаёшься до-ма один» - *обсудить с детьми, какие правила нужно соблюдать, если ребёнок остался дома один.*  **Знакомство** с посло-вицами и поговор-ками по теме. | **Ситуация** «Что случилось с зайцем Димой?» -*подводить детей к пониманию того, что нельзя разговаривать на улице с незнакомыми людьми.*  **Сюжетно - ролевая игра** «Спасатели 911 спешат на помощь» - *воспитание у дошкольников чувства коллективизма и взаимопомощи в усложненных жизненных ситуациях.* | **Показ настольного театра** «Волк и семеро козлят» - *подвести к пониманию детьми того, что если бы козлята послушались наказ мамы – козы, тогда беды могло бы не случиться.* |
| **Самостоятельная деятельность** | | **Свободное музицирование –** *развивать у детей интерес к процессу музицирования, вызывать желание участвовать в оркестровке знакомых песен с помощью погремушек, маракасов, бубна.* | | | | |
| **Работа с родителями:**  1. Предложить родителям проигрывать дома с детьми реальные ситуации, где проверяется бдительность ребёнка, и где решение проблемы предлагается ребёнком: «Что делать, если…»  2. Памятки для родителей на тему:  - «Жизнь без опасности!» (профилактика возникновения пожара).  - «Учим детей безопасному поведению на дорогах».  3. Совместное проведение спортивного развлечения «Весёлое детство»- *привлечь родителей к физическому развитию детей, совместному развлечению: сплочение в общем деле.* | | | | | | |