Перспективное планирование оздоровительной работы для детей второй младшей группы

«Неделя здоровья»

**Цель**:Дать представление о здоровье, его значении, способах сохранения и укрепления; формировать представление о ценности здоровья, желание вести здоровый образ жизни.

**Задачи:**

- Приобщать детей к здоровому образу жизни.

- Уточнять и обобщать знания детей о строении тела человека,

о различных его функциях.

- Закрепить знания о характерных особенностях овощей,

их пользе и значении для хорошего здоровья и настроения.

- Закрепить знания о личной гигиене.

- Укрепить здоровье детей через игровую деятельность.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дни недели** | **Форма работы** | **Цель** | **Работа с родителями** |
| Понедельник «День Чистюль» | 1.Игра – беседа о личной гигиене «Путешествие в страну Здоровья»  2. Игра – имитация «Мы чистюли»  3. Дид./ игра: Чудесный мешочек (предметы туалета)   4.Проговаривание чистоговорки: «Милая Мила мылась мылом. Намылилась, смыла, так мылась Мила.»  **II половина дня**  Чтение произведения К. Чуковского «Мойдодыр» | Воспитывать коммуникативные качества детей.  Создавать условия для развития культурно - гигиенических навыков у детей.  Приобщать к здоровому образу жизни. | Консультация «В здоровом теле здоровый дух». |
| Вторник «Я и дома и в саду с физкультурою дружу» | 1 Чтение К.И.Чуковского «Жил на свете человек»;  2.Обсуждение «Как не попасть в скрюченный город»;  3.Рассматривание семейных фото-коллажей: «В природу за здоровьем»   4.Комплекс упр. для глаз: «Посмотри глазами в лево…»  **II половина дня**  1.Рассматривание альбома: «Виды спорта»  2. Самостоятельная двигательная активность детей в уголке здоровья. | Расширять представления о себе.  Уточнять и обобщать знания детей о строении тела человека, различных его функциях.  Воспитывать бережное отношение к себе, своему организму.  Закреплять навык общения детей друг с другом и с взрослыми. | Помощь в создании фото – коллажа «В природу за здоровьем» |
| Среда «У нас в гостях Витаминка» | 1.Беседа «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»  2.Чтение С.Михалков « Про девочку, которая плохо кушала»  3.Д.игра «Делай как я» (Выполнение физ. Упр. По схемам)  **II половина дня**  Прослушивание песни в записи «Кто пасется на лугу?» музыка А. Пахмутовой слова Ю. Черных  Игровое упражнение «Веселые овощи» | Закрепить знания о характерных особенностях овощей, их пользе и значении для хорошего здоровья и настроения;  Продолжать учить детей узнавать овощи по характерным признакам;  Воспитывать интерес к окружающему миру, любознательность. | Создание  книги  полезных рецептов |
| Четверг «В здоровом теле –  здоровый смех!» | 1.Совместное составление и помещение в умывальной комнате алгоритма мытья рук.  2.Дыхательная гимнастика «Мы поймаем комара»  3.Экскурсия в кабинет врача  4.Д.и «Что нужно Айболиту?»  5.Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются»  **II половина дня**  1. Комплекс «Котята» для профилактики плоскостопия.  2.Игра – конструирование: « Больница для зверят»  3.Игра на имитацию движений «Наши детки все умеют, от того и здоровеют.» | Закрепить знания детей о роли закаливания в укреплении здоровья человека.  Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью  Воспитывать умение преодолевать трудности. | Памятка родителям  Комплекс утренней гимнастики |
| Пятница «В сказку  за здоровьем» | 1.Массаж рук «Строим дом»  2.Физкультура «В гости к Колобку»  **II половина дня**  1.Игра – развлечение: «Мыльные пузырьки» Развитие дыхания  2.Спортивное развлечение "Мы спортсмены" | Способствовать снятию психоэмоционального напряжения, повышению настроения ребенка;  способствовать развитию мелкой моторики кистей рук; развивать познавательный интерес, познавательные способности, речь,  внимание, воображение; укрепить здоровье детей через игровую деятельность. | Работа с родителями «Как одевать ребенка дома и на улице» |