**Тематическая неделя «НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ»**

**Цель**: формировать представления у дошкольников о здоровом образе жизни, умение заботиться о своем здоровье.

**Задачи:**

формировать у детей чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;

закреплять знания о полезных и вредных продуктах питания;

формировать навыки ухода за телом, создавать условия для закаливания;

* формировать навыки гигиены;
* развивать выносливость, силовые способности, смелость; воспитывать у детей умение быстро ориентироваться в условиях игровых действий;
* знакомить детей со спортивными упражнениями в процессе проведения игр и эстафет.

**Понедельник**

**Тема дня: "Где прячется здоровье?"**

**Первая половина дня**

1.Оздоровительная утренняя гимнастика.

Пальчиковая игра «Пальчики здороваются».

Цель: укреплять мышцы и совершенствовать функцию кистей и пальцев рук.

2.Беседа «Здоровье в порядке – спасибо зарядке».

Цель: приучать следить за своим здоровьем, помочь детям понять важность физической культуры для сохранения и укрепления здоровья.

3.Индивидуальная работа.

Цель: Закреплять умение правильно сидеть за столом, умение пользоваться ложкой, есть с закрытым ртом.

3.Дидактическая игра «Что сначала, что потом?».

Цель: формировать представление о правильном режиме дня.

4. Чтение К. И. Чуковский «Мойдодыр».

Цель: формировать культурно-гигиенические навыки у детей дошкольного возраста в повседневной жизни и в детском саду.

**Прогулка:**

* Дидактическое упражнение «Угадай настроение».
* Цель: развивать навыки определять настроения людей по выражению лиц.
* Подвижные игры «Самолеты», «Волк во рву»

Цель: развивать у детей ориентировка в пространстве, закрепить навык построения в колонну, развивать ловкость, быстроту движений.

* Индивидуальная работа: игра «Попади в обруч».
* Цель: развивать меткость, глазомер.
* Свободная игровая деятельность детей на площадке.
* Цель: формировать умение договариваться между собой, самостоятельно придумывать сюжет.

**Вторая половина дня**

1.Оздоровительные мероприятия после сна:

* Постепенный подъем
* Бодрящая гимнастика
* «Тропа здоровья» (массаж стоп)
* Массаж спины (дети выполняют друг другу)

2.Индивидуальная работа: «Купаем куклу»

Цель: воспитание гендерной принадлежности.

3.Настольные игры «Пазлы», «Лего».

Цель: развивать мышление, мелкую моторику.

**Вечерняя прогулка**

* Подвижная игра «Жмурки».
* Цель: развивать координацию движений, способность ориентироваться в пространстве.
* Игра «Назови предметы гигиены».
* Цель: закрепление названий предметов для гигиены и их назначения.
* Свободная игровая деятельность детей в групповом проветренном помещении.

**Работа с родителями**

Консультация для родителей "Формирование здорового образа жизни у дошкольников".

**Вторник**

**Тема дня: «Как мы победили болезнетворных микробов»**

**Первая половина дня**

1.Оздоровительная утренняя гимнастика.

2.Беседа «Микробы и вирусы - враги нашего здоровья», "Враги микробов?

Цель: дать представление о микроорганизмах; познакомиться с простыми способами борьбы с микробами.

3.Изготовление чесночниц; выращивание лука для отпугивания микробов - вирусов.

4.Сюжетно-ролевая игра «Аптека».

Цель: способствовать развитию умения расширять сюжет на основе полученных знаний на занятиях и в повседневной жизни.

5.Воспитание КГН.

Цель: продолжать учиться пользоваться с мылом, индивидуальным полотенцем.

**Прогулка:**

* Игра «Угадай, кто позвал».
* Цель: развивать слуховое внимание; развитие навыков дифференциации речевых звуков по тембру голоса.
* Индивидуальная работа: развитие движений.
* Цель: закреплять навыки подскоков на месте (ноги врозь-вместе; одна вперед-другая назад).
* Подвижная игра «Гуси-лебеди».

Цель: закреплять умение двигаться, развивать внимание упражнять в беге с увертыванием, стараясь не попадаться ловящему.

Подвижная игра «У медведя во бору».

Цель: развить ловкость, координацию движений, быстроту реакции.

* Игры-эстафеты.
* Цель: способствовать сплочению ребят, научит их играть в команде, соревноваться.

**Вторая половина дня**

1.Оздоровительные мероприятия после сна:

* Бодрящая гимнастика.
* «Тропа здоровья» (массаж стоп).
* Воздушные ванны
* Точечный массаж лица.
* Чтение: Г.Б. "Петька - микроб".
* Цель: учить детей внимательно слушать произведение, понимать его содержание, отвечать на вопросы по тексту.
* Индивидуальная работа: Игра «Можно-нельзя»
* Цель: Расширять представления детей о предметах личного и общественного пользования.

**Вечерняя прогулка:**

* Подвижная игра «Цветные автомобили».
* Цель: развивать внимание, умение различать цвета, действовать по сигналу; упражнять в беге, ходьбе.
* Свободная игровая деятельность.
* Цель: формировать умение договариваться между собой, самостоятельно придумывать сюжет.

**Работа с родителями**

Памятка "Профилактика гриппа"

**Среда**

**Тема дня: «Видим, слышим, ощущаем»**

**Первая половина дня**

1.Оздоровительная утренняя гимнастика.

2.Пальчиковая игра «Этот пальчик самый сильный».

Цель: укреплять мышцы и совершенствовать функцию кистей и пальцев рук.

3. Беседа "Я такой. Как устроено тело человека".

Цель: закрепить представления детей о строении человеческого тела и назначении отдельных частей тела; воспитывать стремление вести здоровый образ жизни".

4.Индивидуальная работа: игра «Собери человечка» разрезные картинки.

Цель: уточнить представление о строении человеческого тела и назначении частей тела.

5.Развлечение "День здоровья".

**Прогулка**

* Подвижная игра «Гуси-гуси».
* Цель: формировать умение детей чётко проговаривать слова, реагировать на сигнал воспитателя.
* Подвижная игра «Лиса в курятнике».
* Цель: развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу, упражнять в беге с увертыванием, в ловле.
* Индивидуальная работа: развитие движений.
* Цель: улучшать технику ходьбы.
* Свободная деятельность на площадке.
* Цель: формировать умение договариваться между собой, самостоятельно придумывать и развивать сюжет.

**Вторая половина дня**

1.Оздоровительные мероприятия после сна:

* Постепенный подъем под спокойную музыку
* Бодрящая гимнастика
* «Тропа здоровья» (массаж стоп)
* Воздушные ванны
* 2. Индивидуальная работа: игра «Кожа, ногти, волосы».
* Цель: закреплять знания об уходе за кожей, ногтями, волосами.

3.Сюжетно-ролевая игра "К нам пришел доктор Айболит".

Цель: формировать представление детей как себя вести во время болезни; закреплять знания об охране своего здоровья, своего организма от травм и простуд.

**Вечерняя прогулка**

* Подвижная игра «Кошка и мышка».
* Цель: воспитывать организованность, развивать выдержку, ловкость, быстроту.
* Самостоятельная двигательная активность детей.
* Цель: формировать умение договариваться между собой, самостоятельно придумывать сюжет.
* Чтение стихотворения «Мойдодыр»
* Цель: Формировать культурно -гигинические навыки.

**Работа с родителями:**

Рекомендации по профилактике коронавирусной инфекции

**Четверг**

**Тема дня: «Витамины в жизни человека»**

**Первая половина дня**

1.Оздоровительная утренняя гимнастика.

Цель: поднять эмоциональный и мышечный тонус, обогащать двигательный опыт.

2.Беседа «Витаины я люблю-быть здоровым я хочу!».

Цель: закреплять знания о пользе витаминов; формировать знания детей о том, какие витамины, из каких продуктов питания мы получаем.

3.Дидактическая игры: "Разложи на тарелках полезные продукты"; "Съедобное - несъедобное".

Цель: формировать знание детей о съедобных и несъедобных продуктах; закрепить название овощей и фруктов.

4.Чтение: стихот. "Вкусная каша" З. Александровой.

Цель: помочь детям понять содержание стихотворения, вызвать желание слушать его неоднократно.

5.Индивидуальная работа: "Зачем мыть руки перед едой?".

Цель: продолжать прививать детям культурно-гигиенические навыки.

**Прогулка**

* Игры-эстафеты.
* Цель: научить детей играть в команде, соревноваться, формировать умения детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.
* Индивидуальная работа: развитие движений.
* Цель: закреплять умение бросать и ловить мяч.
* Самостоятельная активная деятельность.
* **Вторая половина дня**

1.Оздоровительные мероприятия после сна:

* Бодрящая гимнастика.
* «Тропа здоровья» (массаж стоп)
* Воздушные ванны

2.Сюжетно ролевая игра «Овощной магазин»

Цель: обогащать игровой опыт детей, расширять сюжет игры, подводить детей к созданию собственных игровых замыслов.

**Вечерняя прогулка:**

* Подвижная игра «Ловишки».
* Цель: развивать быстроту реакции, ловкость и сноровку.
* Индивидуальная работа «Угадай наощупь» (овощи и фрукты).
* Цель: развитие сенсорных способностей детей.
* Игры по желанию в игровых уголках.
* Цель: формировать умение договариваться между собой, самостоятельно придумывать сюжет.

Рисование «Полезный продукт»

Цель: совершенствовать умения рисовать, развивать мелкую моторику рук.

**Пятница**

**Тема дня: "Со спортом дружим мы всегда!"**

**Первая половина дня**

1.Оздоровительная утренняя гимнастика

2.Пальчиковая гимнастика "Кулачки и ладошки"

Цель: укреплять мышцы и совершенствовать функции кистей и пальцев рук.

3.Беседа о том, как спорт помогает нам развивать много хороших качеств и привычек.

Цель: закрепить знания детей о различных видах спорта, спортсменах; расширение кругозора детей.

4.Картинки, иллюстрации о спорте.

5.Индивидуальная работа: Дидактическая игра «Что к чему?».

Цель: формировать у детей интерес к спорту, учить называть и узнавать вид спорта; учить определять и называть необходимый инвентарь, оборудование для данного вида спорта.

**Прогулка**

Подвижные игры

«Чья колонна быстрее построится?», «Горелки»

* Цель: продолжать развивать ловкость, быстроту реакции.
* Индивидуальная работа: развитие движений.
* Цель: учить прыжкам на одной ноге (правой, левой) ноге.
* Свободная игровая деятельность детей.
* Цель: формировать умение договариваться между собой, самостоятельно придумывать сюжет игры.

**Вторая половина дня**

1.Оздоровительные мероприятия после сна:

* Постепенный подъем под спокойную музыку
* Бодрящая гимнастика
* «Тропа здоровья» (массаж стоп)
* Воздушные ванны

2.Индивидуальная работа: «Какие виды спорта ты знаешь?».

* Цель: закрепить с детьми знания о видах спорта.

3.Рисование «Спортивный инвентарь».

Цель: развивать творческие способности детей.

4.Свободная игровая деятельность детей в игровых уголках.

Цель: формировать умение договариваться между собой, самостоятельно придумывать сюжет игры.

**Вечерняя прогулка**

* Самостоятельная деятельность детей.
* Цель: формировать умение договариваться между собой, самостоятельно придумывать сюжет игры.
* Пословицы:

-Здоровье дороже золота;

* Здоровому враг не нужен.
* Цель: учить детей объяснять смысл этих пословиц; развиваем диалогическую речь.

**Работа с родителями**

Консультация "Закаливание - одна из форм профилактики простудных заболеваний детей".

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 205 «МАЛЫШ» г. ГРОЗНЫЙ»**

**Тематический план**

**«НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ»**

**в средней группе «Утята»**

**Воспитатели: Жантаева Т.Х.**

**Махмудова М.М.**