

МБДОУ «Детский сад № 45 «Солнышко»

**Проект «Неделя здоровья»
в младшей группе**

Подготовила
воспитатель Трунова Н.Д.

2020 г.

Мероприятия проекта включают в себя разнообразные виды физкультурно - оздоровительной работы, направленной на формирование личности в социально – психологическом, интеллектуальном, двигательном развитии.

НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ направлена на укрепление здоровья, закаливание и физическое развитие детей, укрепление детско – родительских отношений.

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

Задачи:

- формирование КГН ухода за телом
- дать детям элементарные представления о простуде и способах борьбы с ней
- вырабатывать стойкую привычку к самомассажу
- создавать ситуации, наглядно демонстрирующие значимость правильного отношения к здоровью
- расширение знаний дошкольников о наличии витаминов во фруктах и овощах; создание условий для формирования у детей представлений о полезных продуктах на нашем столе
- формирование устойчивой привычки к режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию.
- формирование у ребенка мотивов самосохранения, воспитании привычки думать и заботиться о своем здоровье.

Понедельник

«В СКАЗКУ ЗА ЗДОРОВЬЕМ»

- «Утро радостных встреч» - игра-беседа «Путешествие в страну Здоровья».
- Беседа «О здоровье и чистоте».
- Дид. / игра: "Одень куклу на прогулку"; «Что нужно Айболиту?».
- **Пальчиковая гимнастика «Утречко».**
- Игра на имитацию движений «Наши детки все умеют, от того и здоровеют».

Прогулка

- Игры с бегом: «Самолеты»; игры с прыжками: «Зайцы и волк»; игры с бросанием и ловлей – «Брось – поймай», на ориентировку «Кто ушел?».

Вторая пол. Дня:

- Сладкий стол «Витаминная семья» (о ягодах и фруктах).
- Чтение х/л: «Айболит».
- Сюж.рол. игра «Доктор», «Аптека».
- Игра – конструирование: « Больница для зверят».

Вторник

«ТВОЕ ПИТАНИЕ – ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ»

- Беседа «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу».
- Чтение С.Михалков « Про девочку, которая плохо кушала».
- Пальчиковая гимнастика «Мы капусту солим».
- Игра «Полезная и вредная еда».

Прогулка:

- **Подвижные игры:** «Ловишки из круга», «Мой веселый звонкий мяч».

Вторая пол.дня:

- Коллективная работа – аппликация «Фрукты – витаминные продукты».
- Загадки с грядки.
- Малоподвижная игра «Что растет у нас в саду».
- Физ. минутка «Садовник».

Среда

«МЫ ЧИСТЮЛИ»

- Игровая ситуация: «Письмо от грязнули».
- Дид./ игра: Чудесный мешочек (предметы туалета).
- Массаж волшебных точек ушей «Поиграем с ушками».
- Чтение – К. Чуковский «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумазая».

Прогулка: самостоятельная двигательная активность.

Вторая половина дня:

- Чтение воспитателем сказки «Мойдодыр».
- Сказка о зубной щетке (показ воспитателем на фланелеграфе).
- Сюж.рол. игра «Семья» (купание малышей).
- «Веселая компания» (игры и эстафеты с детьми).

Четверг

«Я И ДОМА И В САДУ С ФИЗКУЛЬТУРОЮ ДРУЖУ»

- Закаливающий массаж подошв «Поиграем с ножками».
- Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются».
- Комплекс «Котята» для профилактики плоскостопия.
- Рассматривание альбома: «Здоровым крепким хочешь быть?».

Прогулка: Игры по желанию и интересам детей.

- «Цветные автомобили», «Лиса в курятнике», «Котята и щенята», «Сбей кубик».

Вторая половина дня:

- Рассматривание альбома: «Виды спорта».
- Рисование: «Мячик-главный наш спортсмен».
- Самостоятельная двигательная активность детей в уголке здоровья.
- Физкультурное развлечение "Мой веселый звонкий мяч".

Пятница

«ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»

I половина дня.

Утренняя гимнастика

Пальчиковая игра «Пирожки».

Цель: развитие мелкой моторики, памяти

Беседа «С утра до вечера».

Цель: познакомить детей с распорядком дня. Показать важность соблюдения режима в укреплении здоровья каждого человека; Закрепить понятие о значимости режима дня; Воспитать желания придерживаться правил по его выполнению. Развивать память и мышление, умение рассуждать, делать умозаключения.

Массаж рук «Строим дом»

Игры малой и средней подвижности: «Мышки в кладовой», «По ровненькой дорожке », «Весёлый стульчик» «Клубок».

Цель: создание бодрого радостного настроения. Вызвать интерес к совместным играм, воспитание доброжелательных отношений детей друг к другу.

Индивидуальная работа с детьми: метание (мешочков с песком) в горизонтальную цель (обруч).

Цель: развивать мышцы, глазомер и двигательную активность.

Игра-имитация «Мы – чистюли»

Прогулка I.

Подвижные игры: «Найди и промолчи»; «Автомобили».

Труд: уборка территории участка для прогулки от опавших листьев.

II половина дня.

Гимнастика после сна «Мостики получились»

Игра для детей «Делай как я!»

Цель: Продолжать развивать у детей разнообразные виды движений, учить детей выполнять движения по наглядному образцу, развивать координацию движений рук и ног при выполнении упражнений.

Чтение художественной литературы: Сергей Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»

Цель: Воспитывать у детей умение слушать новые стихи, следить за развитием сюжета в произведении; объяснять детям поступки персонажей и последствия этих поступков.

Рисование «Витамины для ребят», выставка детских работ «Витамины для ребят»

Цель: закрепить умение рисовать предметы округлой формы, используя разнообразную цветовую гамму, развивать эстетическое восприятие цвета, воспитывать аккуратность.

Взаимодействие с родителями:

- Род.встреча «Здоровье ребенка в наших руках»
- Консультация для родителей на тему «Здоровье в порядке – спасибо зарядке»
- Консультация в род.уголке «Плоскостопие»
- Беседа с родителями «Режим дня и его значение для здоровья ребенка»
- Памятка: «Какие витамины нужны детям»
- Создание книги полезных рецептов