

СП «Детский сад №31» ГБОУ СОШ №14 «Центр образования» г.о.Сызрань

Воспитатель

Дмитриева Ольга Николаевна

Неделя каникул : «Ступеньки здоровья»

Каникулы предназначены для детей среднего дошкольного возраста

Тема дня	Содержание деятельности			
	в группе	в физкультурном зале	в музыкальном зале	на улице
<p><u>Понедельник</u></p> <p>«В гостях у доктора Айболита»</p>	<p>1.Беседа «Что такое здоровье и как его сохранить»</p> <p>2.Рассматривание иллюстраций книги К.И.Чуковского «Айболит»</p> <p>3.Дидактическая игра «Части тела»</p> <p>4.Заучивание отрывка из стихотворения «Мойдодыр»К.И.Чуковский, Чтение В.Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо»</p> <p>5.Индивидуальная работа с Машей, Леной, Витей, Егором игровое упражнение «Выбери предмет»</p>	<p>1.Комплекс ОРУ « Мы спортсмены»</p> <p>Подвижная игра « Стрелки»</p> <p>2.Ритмическая утренняя гимнастика «Добрый доктор Айболит»</p> <p>3.Дыхательная гимнастика: «Мельница»</p> <p>4.Пальчиковая гимнастика «1,2,3,4,5»</p> <p>Физкультминутка«Ветер дует нам в лицо...»</p>	<p>1.Игра-драматизация по сказке «Айболит» -инсценировка сказки «Мойдодыр »</p> <p>2.«Мойдодыр»в гостях у детей</p> <p>3.Вечер пословиц</p> <p>4. Викторина «Кто больше знает о спорте и спортсменах» с показом фотографий спортсменов.</p> <p>Хороводная игра «Карусели»</p>	<p>1.Подвижная игра «Зимние забавы»</p> <p>Индивид. работа с подгруппой</p> <p>-скольжение по ледяным дорожкам</p> <p>-отработка разбега -под/игры: «Поезд», «Через ворота», «Мячом в цель».</p> <p>2.Самостоятельная деятельность:</p> <p>-Ледянки</p> <p>-Куклы в зимних одеждах</p> <p>-На лыжах ходьба «Лабиринт»</p> <p>3.Выносной материал: клюшки, шайбы, мячи для хоккея, лыжи; эмблемы для подвижной игры</p>

<p><u>Вторник</u> «Путешествие в спортландию»</p>	<p>1.Сюрпризный момент письмо загадка «Что это за мяч»Беседа 2.Дидактическая игра «Отгадай вид спорта» 3.Индив.раб.с Олей, Димой Ходьба по наклонной доске сохраняя равновесие, боком приставным шагом. 4.Труд в уголке природы: протирание листьев от пыли.</p>	<p>1.Комплекс утренней гимнастики с элементами дыхательной гимнастики. 2.Спортивные развлечения «Мы веселые ребята» 3.ЭстафетаА.Н.Стрельников а «Олимпийские игры» 4.Игровые упражнения: прокати и сбей, пролезание в обруч, пройди- не урони. Физкультминутки «Мы топаем ногами»</p>	<p>1.Физкультурный досуг «Остров невезения» (с элементами футбола). 2.Игровая ситуация. В гости приходят куклы Чих, Апчих, Ох. Хороводная игра «По ровненькой дорожке шагают наши ножки...»</p>	<p>1.Игра малой подвижности «Назови спортсмена и покажи» 2.Индивидуальная работа с подгруппой: закрепить умения ходить на лыжах. пройти на лыжах ступающим шагом по прямой. 3.Эстафета «Пронеси мяч не задев кеглю»Выносной материал: клеенки для катания с горки, картинки со спортсменами, лыжи.</p>
<p><u>Среда</u> Фантазеры</p>	<p>1.Рассматривание фотоальбома снежных скульптур. 2.Изготовление цветных льдинок(образовательная деятельность с элементами экспериментирования) 3.Настольные игры «На что похоже», «Цветная мазайка» (расческа, мыло) 4.Беседа «В стране болячки»</p>	<p>1.Подвижная игра «Льдинка» « Догони мяч», 2.Малоподвижная игра «Машины поехали в гараж». 3.Дыхательная гимнастика: «Рубка дров» 4.Релаксация: «Океан».</p>	<p>1.«Играем в снежки» Т.Ломовой. 2.«Будь ловким» Н.Ладухина. 3.»Где же наши ручки?»муз. и сл.Т.Ломовой. 4 «Шаг и бег»,муз. Н.Надененко 5. «Песенка о здоровье»,муз. Т.Якушенко, сл.О.Высотской</p>	<p>1.Конкурс на лучший узор из цветных льдинок, эксперимент с льдинками. 2. Подвижная игра«Бегите к дереву» « Угадай что делаем»3. Эстафеты «Украсим клумбу», «Кто проедет дальше по ледяной</p>

				дорожке», «Не задень колокольчик» (спуск с горки на санках). Выносной материал: маски, ленточки (для спортивных игр), формочки для снега, трафареты.
<u>Четверг</u> « Азбука вежливости»	1 Беседа «Что нужно делать, чтобы быть здоровым» 2..Коммуникативная игра «Как можно поздороваться, попрощаться, поблагодарить» 3.Предложить детям нарисовать портрет друга. 4.Сюжетно-ролевая игра «В гостях у друга»	1.Подвижная игра «Кто быстрее» 2.Игра с мячом «Кто знает больше вежливых слов» 3.Игровые упражнения Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием кубиков, руки в стороны;	1.К.И. Чуковского « Больная кукла» 2.Вечер «спортивная мастерская» -изготовление фигурок спортсменов, средства гигиены; 3. «Будь ловким», муз. Н.Ладухина	1.Катание по ледяным дорожкам, эстафета на лыжах «Кто скорее убежит до флажка» 2.Выносной материал: <u>А</u> трибуты для сюжетно-ролевых игр: -кукла, одетая по сезону, саночки - руль... - материал для игры «Магазин»

<p><u>Пятница</u> «Витаминчик мой дружок»</p>	<p>1.Беседа «Что мы знаем о витаминах, лекарственных растений» 2.Отгадывание загадок «что прячется на грядке», «Узнай по вкусу» 3.Сюжетно-ролевая игра «Магазин» 4.Вечер загадок о спорте, чистоте гигиене спорте. 5.Дидактическая игра «Помоги себе сам» 6.Дидактическое упражнение «Составь себе меню на обед»</p>	<p>1.Подвижная игра «Поймай комара» 2.Дыхательная гимнастика: «Плавец», «Лыжники» 3.Физкультминутки «Зверобика» 4. Игровые упражнения Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на поясе, носки оттянуты, голова прямо</p>	<p>Муз. развлечение «Рады всех мы пригласить русским чаем напоить»(лечебные чаи) Дидактическая игра «Где прячутся микробы» Танец «Пляска с предметами!», муз. А.Жилинского</p>	<p>1.Развлечения: лыжная прогулка или кросс в сквере. Хоккей по упрощенным правилам, соревнования на коньках 2.Выносной материал: Набор для исследовательской деятельности: - емкости для снега и воды - формочки для заморозки - палочки для измерения глубины снега - лупа</p>
---	--	--	--	--

## **Список используемой литературы**

1. Агаджанова С. Н. Закаливание организма дошкольника; Детство-Пресс – Москва , 2011
2. Аверина Т.В. Детские игры и загадки народов Поволжья –Самара , 2003
3. Казина О. Б. Физическая культура в детском саду. Конспекты занятий, праздников и развлечений; Москва , 2011
4. Кембелл Ф.«Я учусь рисовать» М. 1996.
5. Сорокина А .И. Дидактические игры в детском саду –Москва , 1999
6. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с дошколятами –Москва ,2000

