**«Неделя здоровья в детском саду».**

**Чтобы сделать ребенка умным и  рассудительным,**

**сделайте его**

**крепким и здоровым: пусть он**

**работает, действует, бегает, кричит,**

**пусть он находится в постоянном движении!**

Самой актуальной на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. Из года в год увеличивается количество детей не только с врождёнными заболеваниями, но и с приобретёнными в процессе жизни дефектами здоровья.

**Цель:** формировать представление у дошкольников о здоровом образе жизни, умение заботиться о своём здоровье.

**Задачи:**

Пропагандировать здоровый образ жизни.  
Подвести к осознанию потребностей ребёнка в знаниях о себе и о своём здоровье.  
Учить детей оценивать и прогнозировать своё здоровье.

Формировать навыки ухода за телом, создавать условия для закаливания, выработать стойкую привычку к самомассажу;

Рассказать детям о витаминах и полезных продуктах;

Знакомить детей с возможными травмирующими ситуациями. Учить некоторым правилам оказания первой медицинской помощи в случае травм (ушиб, порез, ссадина, вызов скорой помощи)

Работа с детьми по дням недели:

**Понедельник - «Я и мое тело» *Цель:*** Формировать понятие, что здоровому организму нужна физкультура, закалка, правильное питание.

***Задачи:***Познакомить с главными органами человеческого организма (сердце, желудок, лёгкие, печень), расширять знания детей об организме человека, научить любить себя и свой организм, вызвать желание заботиться о своём организме, о своём здоровье, беречь своё здоровье.

* Беседа «Мое тело»
* Рассматривание иллюстраций «Тело человека», «Органы человека».
* Эксперементирование «Определи плоскостопие»
* Рассматривание портретов людей разной внешности.
* Загадывание загадок про части тела.
* Д/и «Зеркало», «Фоторобот», «Опиши стопу»
* Сюжетно ролевая игра «Больница»
* Наблюдение на прогулке «Чем отличаемся мы от детей младших групп?»
* Лепка «Моя семья».
* Чтение художественной литературы Чтение рассказа И. Семёновой «Учусь быть здоровым или Как стать неболейкой».

**Вторник – «Сохрани своё здоровье сам»**

***Цель:*** Воспитать у детей осознанное отношение к своему организму:

***Задачи:*** бережно и заботливо к нему относиться, формировать у детей представление о здоровом образе жизни, научить детей любить себя и свой организм, закрепить знания о полезных и вредных привычках, формировать негативное отношение к вредным привычкам, воспитывать желание помогать себе сохранить здоровье, прививать любовь к физическим упражнениям.

* Режимный момент “В гостях у доктора Айболита”.
* познавательное занятие «Где прячется здоровье? »
* заучивание пословиц и поговорок о здоровье;
* рассматривание иллюстраций: «Почему заболели ребята»
* Беседа: «Что я знаю о здоровье?»
* Дид.игра «Полезно-вредно», «Что нам нужно для здоровья» (с мячом)

Цель: закрепить знания о предметах личной гигиены, спортивных снарядах, развивать внимание.

* Витаминизация «Чиполино» (зеленый лук и чеснок)
* Сюжетно - ролевая игра «Больница»- дать детям представление о деятельности разных врачей (лор, терапевт, хирург, формировать эмоционально- познавательное общение детей друг с другом и со взрослыми, воспитывать интерес к медицинским профессиям, желание заботиться о своём здоровье.

Чтение художественной литературы **Произведение В. Лебедева-Кумача «Закаляйся!»**

**Среда – «День Витаминки»**

***Цель:*** Помочь детям понять, что здоровье человека зависит от правильного питания, объяснить, что еда должна быть не только вкусной, но и полезной.

* Изготовление альбома «Витаминная азбука» Задачи: познакомить детей с понятием «витамины», их роли в жизни человека;
* закреплять понятия «овощи», «фрукты», «ягоды», о пользе их употребления; способствовать развитию творческих способностей детей, умения работать сообща, согласовывая свои действия; воспитывать стремление к здоровому образу жизни.
* Познавательное занятие «Режим питания»
* Упражнение «Знакомство с продуктами питания»
* Рисование «Овощи и фрукты – полезные продукты»
* Беседа: «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»
* Д/и «Приготовь витаминный салат», «Фруктовый салат», «Фруктовое канапе»
* Разукрашивание картинок с овощами и фруктами

**Четверг – «Как мы победили болезнетворных микробов» 18.02.2016 г.**

***Цель:***формирование у детей ценностного отношения к здоровью.

***Задачи:***Дать представления о микроорганизмах (растут, размножаются, питаются,  дышат), их пользе, вреде;познакомить с простыми способами борьбы с болезнетворными бактериями;воспитывать потребность вести здоровый образ жизни, применять информацию для решения поставленных задач).

* беседа с медсестрой детского сада о болезнетворных микробах;
* Беседы: «Кто такие микробы?», «Что любят микробы?», «Отчего прокисает молоко?», «Враги микробов», «Микробы и вирусы – враги нашего здоровья»;
* Лепка: «Такие разные микробы»Задачи :Развивать умение лепить предметы пластическим способом, развивать воображение, фантазию. Приемы лепки *(скатывание, отщипывание)*;
* Сочинение сказок про микробов;
* составление рассказов детьми на темы: «Мне микроб не страшен», «Что такое здоровый образ жизни», «Правильное питание»; инсценировка стихотворения «Спор овощей»;
* рассказывание о пользе лука воспитанникам ДОУ
* совместная деятельность «Микробы и вирусы – враги нашего здоровья»;
* совместная познавательная деятельность «Как увидеть микробов»;
* с/р игры: «Поликлиника», «Кафе», «Отдых семьей»;
* хозяйственно-бытовой труд «Чистая группа – залог здоровья»
* чтение художественной литературы Остер Г. «Петька – микроб»

**Пятница – форт боярд Физкультурный досуг «Путешествие в страну Здоровья»**

**Работа с родителями:**

1. Знакомство с мероприятиями недели здоровья.

2. Консультации: «Закаляемся правильно», «Безобидные сладости»