**НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ В ГРУППАХ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Утро** | | **Прогулка** | **Вечер** |
|  | **«Чистота – залог здоровья»** | | | |
| **Понедельник** | 1. Массаж лица «Умывалочка» (Картушина. «Быть здоровыми хотим», стр. 110)  2. Потешка «Водичка-водичка»  3. Массаж пальцев «Умывание» (Карту-шина. «Быть здоровыми хотим» стр.26)  . | | 1. Игра малой подвижности «Зайка» (КПР по физическому воспитанию дошкольников, стр.40) | 1. Загадки «Помощники в борьбе с микробами» (Картушина. «Быть здоровыми хотим», стр. 215) (Мыло, полотенце, зубная щетка, душ, носовой платок, расческа).   2. Беседа «Почему щиплет мыло?» (С.Афонькин «Когда, зачем и почему?» стр.8)  3. Чтение. К.Чуковский «Мойдодыр». Беседа о прочитанном |
|  | **«Кто хорошо жует, тот дольше проживет»** | | | |
| **Вторник** | 1. Пальчиковая игра «Засолка капусты»  2. Пальчиковая игра «Сорока, сорока» (КПР по физическому воспитанию  дошкольниковстр.50)  3. Массаж спины «Суп» (Картушина. «Быть здоровыми хотим» стр.146)  4. Артикуляционная гимнастика «Сказка про Язычок» (Картушина. «Быть здоровыми хотим», стр.256)  5. Аппликация. Коллективная работа. Изготовление плаката «Полезная и вредная еда». | | 1. Подвижная игра «Курочки,  хохлаточки» (КПР по физическому воспитанию  дошкольников, стр.40)  2. Дидактическая игра «Съедобное – несъедобное» | 1. Массаж рук «Улитка» (Картушина. «Быть здоровыми хотим», стр.134)  2. Вечер загадок. Овощи и фрукты – полезная еда. Конфеты, мороженое – вредная еда.  3. Дидактическая игра «Узнай на  вкус» (Фрукты и овощи) (Бондаренко А.К. Дидактические игры в детском саду» стр.33)  4. Чтение стих. «Спор овощей»  Н.Семеновой (Картушина. «Быть  здоровыми хотим», стр.145), используя муляжи или картинки. |
|  | **«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»** | | | |
| **Среда** | 1. Утренняя гимнастика «Руки в стороны» (СайкинаЕ.Г., Фирилева Ж.Е. «Физкульт –привет минуткам и паузам!» стр.104)  2. Пальчиковая игра «Погода» (Аверина И.Е. «Физкультминутки и динамические паузы в ДОУ», стр.51)  3. Гимнастика для глаз «Солнечный зайчик» (Картушина. «Быть здоровыми хотим» стр.12) | | 1. Подвижная игра «Сол-нышко и дождик»  2. Подвижная игра «Воро-бушки» (КПР по физическо-му воспитанию дошкольни-ков стр.39)  3. Подвижная игра «Солнеч-ные зайчики» (Бондаренко А.К. Дидактические игры в детском саду» стр.55) | 1. Чтение стих. С.Островского «Ты с красным солнцем дружишь» (Картушина. «Быть здоровыми хотим» стр.217)  2. Заучивание стихотворения:  Смотрит солнышко  с небес и такое  чистое, доброе,  лучистое. Если б  мы его достали, мы  б его расцеловали.  3. Физкультминутка «Солнышко» (Аверина И.Е. «Физкультминутки и динамические паузы в ДОУ» стр.43) |
|  | **«Здоровье сгубишь – новое не купишь»** | | | |
| **Четверг** | 1. Утренняя гимнастика «Хомячок» (КПР по физическому воспитанию дошкольников  стр.39)  2. Массаж уха «Муха» (Картушина. «Быть  здоровыми хотим» стр.107)  3. Массаж биологически активных зон «Неболейка» (Картушина. «Быть здоровы-ми хотим» стр.136)  4. Инсценировка стих –я «Хороший бельчонок» И.Михайловой с помощью игрушек (Картушина. «Быть здоровыми хотим» стр.366) | | 1. Подвижная игра «Догоните меня»  2. Подвижная игра «Поезд»  (Пензулаева Л.И. стр.35)  3. Подвижная игра «Поеха-ли» (СайкинаЕ.Г., Фирилева Ж.Е «Физкульт–привет мину-ткам и паузам!» стр.29) | 1. Дидактическая игра «Это правда  или нет?» (Картушина. «Быть здоровыми хотим» стр.114)  2. Беседа «Как победить простуду?» (С.Афонькин «Когда, зачем и почему?» стр.23)  3. Выучить правила здоровья.  (Картушина. «Быть здоровыми хотим» стр.369)  4 . Комплекс оздоровительных упраж-нений для горла (по В.Кудрявцеву и  Б.Егорову) (Картушина. «Быть здо-ровыми хотим» стр.111) |
|  | **«Кто со спортом дружит – никогда не тужит»** | | | |
| **Пятница** | 1. Художественное слово:  Утро мы начнем с зарядки  Для чего нужна зарядка?  Это вовсе не загадка –  Что бы силу развивать  И весь день не уставать!  Если кто- то от зарядки  Убегает без оглядки-  Он не станет нипочем  Настоящим силачом!  П.Синявский  2. Утренняя гимнастика. «Спорту –УРА!» (СайкинаЕ.Г., Фирилева Ж.Е  «Физкульт–привет минуткам и паузам!» стр.13)  3. .Беседа «Зачем делать зарядку? (С.Афонькин «Когда, зачем и почему?» стр.12)  4. Игра «Карусель» (КПР по физическому воспитанию дошколь-ников стр.113) | 1. Подвижная игра «Спорт – здоро-вье» (СайкинаЕ.Г., Фирилева Ж.Е «Физкульт–привет минуткам и паузам!» стр.28)  2. Подвижная игра «Бегите к флажку» (Пензулаева Л.И. стр.38)  3. Подвижная игра «Чей мяч дальше?» | | 1. Чтение стих –я С.Еремеева «Медве-жонок Федя» (Картушина. «Быть здоровыми хотим» стр.188)  2. Беседа «Как стать сильным?» (С.Афонькин «Когда, зачем и почему?» стр.15)  3. Гимнастика для глаз «Смотрит вправо» (Картушина. «Быть здоровы-ми хотим» стр.81) |