

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №245» общеразвивающего вида

Комплексный план мероприятий, познавательной и игровой деятельности,  
направленной на формирование здорового образа жизни

17.01.2022-21.01.2022

(подготовительная группа №4)

Воспитатель:

Спасенко Т.Г.

Комплексный план мероприятий, познавательной и игровой деятельности  
направленной на формирование здорового образа жизни.

17.01. 2022 -21.01.2022

День недели, тема	Мероприятие	
Понедельник 17.01.2022 «Спасибо зарядке-здоровье в порядке»	1. Утренняя зарядка «Разноцветные кубики » 2. Беседа «Какая бывает гимнастика» <ul style="list-style-type: none"> <li>• Зрительная («Снежинки», «Лучик солнца»)</li> <li>• пальчиковая («Теремок», «Футболисты»),</li> <li>• эмоциональная («Мое настроение», «Зеркало»).</li> </ul> 3. Чтение энциклопедии Е. Ульевой 4. Учим с детьми. Стихотворение «Режим дня»	
Вторник 18.01.2022 «Здоровое питание»	1. Рассуждения на тему «Какие продукты полезны?» 2. Артикуляционная гимнастика «Вкусное варенье». 3. Д/игра «Пирамида здоровья» 4. Рисование "Витамины на нашем столе" 5. С/р игра «Магазин полезных продуктов».	
Среда 19.01.2022 «Я и дома и в саду с физкультурой дружу»	1. Составление рассказа из личного опыта «Я люблю заниматься спортом» 2. Д/и «Угадай вид спорта». 3. Рассматривание книг, альбомов о спорте. 4. Творческая мастерская стенгазета «Это наш спорт»	
Четверг	1. Беседа с детьми на тему: «Чистота – залог здоровья» 2. Массаж " Умывалочка"	

<p>20.01.2022</p> <p>«День чистюль»</p>	<p>3. Чтение худ.литературы ( С. Островский «Будьте здоровы», Н. Ярославцев «Мы здоровы», А. Барто «Девочка чумазая», Н. Мигуновой «Почему надо чистить зубы», отрывок из стихотворения В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо»)</p> <p>4. «Загадки из личного чемоданчика» (о предметах личной гигиены)</p> <p>5.Просмотр мультфильма «Королева зубная щетка», «Неумойка»</p>	
<p>Пятница 21.01.2022</p> <p>«Спортландия – спортивные игры и развлечения»</p>	<p>1. Итоговая беседа по теме недели: «Как сберечь здоровье».</p> <p>2. Игры-соревнования</p> <p>3. «Забавные игры нас ждут» на улице</p> <p>4. Лепка «Лыжник»</p>	
<p>Ежедневное проведение утренней гимнастики.</p>		
<p>Постепенное пробуждение. Бодрящая гимнастика</p>		
<p>Работа с родителями: совместное оформление выставки «Мы за ЗОЖ», информационный стенд «Зимние игры», памятка «Пищевые добавки: польза или вред?», «Витамины в зимний период»</p>		