

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №4 имени Героя Советского Союза Д.П.Левина структурное подразделение, реализующее общеобразовательные программы дошкольного образования «Детский сад №56» г.о.Сызрани

**«Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста»**  
на тему:  
**«План проведения оздоровительных каникул в средней группе  
для детей с нарушениями зрения»**

Выполнила:  
Глухова Светлана Анатольевна  
воспитатель  
ГБОУ СОШ №4  
СП «Детский сад №56» г. о. Сызрань

Сызрань, 2017 г.

**Цель:** Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с учетом их индивидуальных особенностей.

### «Неделя здоровья»

Тема дня	Содержание деятельности			
	в группе	в физкультурном зале	в музыкальном зале	на улице
<p>«Труд да потеха рядом живут»  <b>Задачи:</b>  Закрепление представлений детей о культуре гигиены.  Формирование положительного отношения к здоровому образу жизни.</p>	<p><b><u>I половина дня</u></b></p> <p><b>Игровая ситуация</b>  «Путешествие в страну Чистюль»</p> <p><b>Дидактическая игра</b> «Что микробу хорошо, что микробу плохо»</p> <p><b>Гимнастика для глаз</b>  Всю неделю по — порядку,  Глазки делают зарядку.  В понедельник, как проснутся,  Глазки солнцу улыбнутся,  Вниз посмотрят на траву, и  обратно в высоту (поднять глаза вверх; опустить их книзу, голова неподвижна)</p> <p><b>Чтение</b>  К. Чуковского «Мойдодыр»</p> <p><b><u>II половина дня</u></b></p> <p><b>Комплекс упражнений после дневного сна</b> «Делаем дружно»</p>	<p><b>Комплекс утренней гимнастики «Бабочки»</b>  1ч. Ходьба в колонне. Ходьба парами.  Лёгкий бег.  Построение в круг.  2ч. <b>Комплекс ОРУ</b>  1. «<b>Бабочки машут крыльями</b>»  И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу.  Поднять руки в стороны, помахать ими, опустить вниз.  2. «<b>Бабочки сели на цветы</b>»  И.п.: то же.  Присесть, руки положить на колени, опустить голову, вернуться в и.п.  3. «<b>Бабочки летят</b>»  И.п.: ноги на ширине плеч, руки внизу.  Наклониться вперёд, развести руки в стороны, вернуться в и.п.  4. «<b>Бабочки качаются на цветах</b>»  И.п.: ноги слегка расставлены,</p>	<p>Досуг «Водичка, водичка...»</p> <p><b>Загадывание загадки</b> «Меня пьют, меня льют. Всем нужна я, кто я такая? (вода)»</p> <p><b>Музыкальная игра</b> «Водичка, водичка умой мое личико»</p>	<p><b><u>I половина дня</u></b></p> <p><b>Общение</b>  «Чистота залог здоровья»</p> <p><b>Подвижная игра</b>  «Удочка»</p> <p><b>Подвижная игра на развитие воображения</b>  «Море волнуется»</p> <p><b>Сюжетно-ролевая игра</b> «В страну чистоты»</p> <p><b>Индивидуальная работа</b> «Метание в цель»</p> <p><b><u>II половина дня</u></b></p> <p><b>Игры с мыльными пузырями.</b></p> <p><b>Подвижная игра</b>  «Что мы видели, не скажем, а что делали, покажем»</p>

	<p><b>Закаливающие процедуры</b> (хождение по массажным дорожкам)</p> <p><b>Игра малой подвижности</b> «Чем я с другом поделюсь»</p> <p><b>Игровое упражнение</b> «Купание куклы»</p> <p><b>Чтение</b> А.Барто «Девочка чумазая»</p>	<p>руки вниз. Наклониться вправо (влево), вернуться в и.п.</p> <p><b>5. «Прыжки»</b> И.п.: ноги слегка расставлены, руки на поясе. Прыжки на двух ногах. Зч. Ходьба друг за другом. Дыхательные упражнения: «Каша кипит» « Дует ветер»</p>		
<p>«Там русский дух там Русью пахнет» <b>Задачи:</b> Знакомство с русской избой, традициями, русской пищей, народными играми.</p>	<p><b><u>I половина дня</u></b></p> <p><b>Рассматривание иллюстраций русской избы</b> <b>Рассказ воспитателя</b> «Как жили раньше»</p> <p><b>Дидактические игры</b> «Чудесный мешочек», «Собери полезные продукты»</p> <p><b>Гимнастика для глаз</b> Во вторник часики глаза, Водят взгляд туда – сюда, Ходят влево, ходят вправо не устанут никогда (повернуть глаза в правую сторону, а затем в левую, голова неподвижна)</p> <p><b><u>II половина дня</u></b></p> <p><b>Комплекс упражнений после дневного</b></p>	<p><b>Комплекс утренней гимнастики</b> <b>«Бабочки»</b></p>	<p><b>Музыкальное развлечение</b> «Музыка здоровья»</p>	<p><b><u>I половина дня</u></b></p> <p><b>Общение</b> «Здоровая пища»</p> <p><b>Продуктивная деятельность</b> (рисование на асфальте) «Что за фрукты – витаминки»</p> <p><b>Подвижные игры:</b> «Карусель» «Колпачок»</p> <p><b><u>II половина дня</u></b></p> <p><b>Индивидуальная работа</b> Развитие двигательной активности.</p> <p><b>Знакомство с русскими пословицами и поговорками.</b></p> <p><b>Подвижная игра</b> «У медведя во бору»</p> <p><b>Самостоятельная игровая деятельность</b> детей с выносным материалом по</p>

	<p><b>сна</b> «Делаем дружно»</p> <p><b>Закаливающие процедуры</b> (хождение по массажным дорожкам)</p> <p><b>Совместная деятельность – фотоколлаж</b> «Полезные продукты»</p>			мотивам русских сказок
<p><b>«Здоровье в порядке, спасибо зарядке!»</b> <b>Задачи:</b> Формирование представлений о здоровом образе жизни; о пользе занятий спортом.</p>	<p><b><u>I половина дня</u></b></p> <p><b>Беседа</b> «Чтоб к врачам не обращаться, надо спортом заниматься»</p> <p><b>Настольная игра</b> «Собери целую картинку»</p> <p><b>Гимнастика для глаз</b> В среду в жмурки мы играем, Крепко глазки закрываем. Раз, два, три, четыре, пять, Будем глазки открывать. Жмуримся и открываем, так игру мы продолжаем (плотно закрыть глаза, досчитать да пяти и широко открыть глазки)</p> <p><b><u>II половина дня</u></b></p> <p><b>Комплекс упражнений после дневного сна</b> «Делаем дружно»</p> <p><b>Закаливающие процедуры</b></p>	<p><b>Комплекс утренней гимнастики</b> <b>«Бабочки»</b></p> <p><b>НОД</b> «Путешествие в страну здоровья» (I половина дня)</p>	<p><b>Театрализованное представление</b> «Почему заболел медвежонок?» (II половина дня)</p>	<p><b><u>I половина дня</u></b></p> <p><b>Сюжетно-ролевая игра</b> «Больница»</p> <p><b>Самостоятельная игровая деятельность</b> детей с выносным материалом.</p> <p><b>Индивидуальная работа</b> «Самый – быстрый»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Ловишки»</p> <p><b><u>II половина дня</u></b></p> <p><b>Общение</b> «Жить без вредных привычек»</p> <p><b>Словесная игра</b> «Закончи предложение»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Найди пару»</p> <p><b>Индивидуальная работа</b> Ходьба по короткой и длинной дорожке</p>

	<p>(хождение по массажным дорожкам)</p> <p><b>Рассматривание сюжетных картинок о видах спорта</b></p> <p><b>Пальчиковая гимнастика «Спортсмены»</b></p>			
<p><b>«Как у нас на Руси веселятся от души»</b>  <b>Задачи:</b>  Формирование двигательной активности детей; укрепление физического здоровья; воспитание дружеских взаимоотношений и доброты.</p>	<p><b><u>I половина дня</u></b></p> <p><b>Беседа</b> о роли смеха для людей</p> <p><b>Дидактическая игра</b> «Наши эмоции»</p> <p><b>Гимнастика для глаз</b>  По четвергам мы смотрим вдаль,  На это времени не жаль,  Что вблизи и что вдали  Глазки рассмотреть должны  (смотреть прямо перед собой, поставить палец на расстояние 25-30 см. от глаз, перевести взор на кончик пальца и смотреть на него, опустить руку)</p> <p><b><u>II половина дня</u></b></p> <p><b>Комплекс упражнений после дневного сна</b> «Делаем дружно»</p> <p><b>Закаливающие процедуры</b>  (хождение по нестандартному оборудованию)</p>	<p><b>Комплекс утренней гимнастики «Бабочки»</b></p>	<p><b>Музыкально – спортивный праздник</b>  «День яркого солнца»  (I половина дня)</p>	<p><b><u>I половина дня</u></b></p> <p><b>Песочная терапия</b>  «Солнечные лучики»</p> <p><b>Продуктивная деятельность</b>  (рисование песком)  «Солнышко»</p> <p><b>Подвижная игра</b>  «Кто выше?»</p> <p><b>Индивидуальная работа</b> по развитию у детей равновесия при ходьбе по шнуру</p> <p><b><u>II половина дня</u></b></p> <p><b>Дидактическая игра</b> «Будь стройным»</p> <p><b>Хороводная игра</b>  «Во саду ли, в огороде»</p> <p><b>Индивидуальная работа</b> по развитию у детей глазомера «Попади в цель»</p> <p><b>Самостоятельная игровая деятельность</b> детей с выносным материалом</p>

	<p><b>Игровая ситуация</b> «В гости к Петрушке»</p> <p><b>Чтение</b> Г.К.Зайцева «Расти – здоровым!»</p>			
<p><b>«Крепкие зубы»</b> <b>Задачи:</b> Продолжать знакомить детей с правилами личной гигиены, закрепление правил ухода за зубами и полостью рта.</p>	<p><b><u>I половина дня</u></b></p> <p><b>Беседа</b> «Чтобы зубы были крепкими»</p> <p><b>Создание игровой ситуации</b> «На приёме у стоматолога»</p> <p><b>Настольная игра</b> «Разрезные картинки»</p> <p><b>Гимнастика для глаз</b> В пятницу мы не зевали Глаза по кругу побежали. Остановка , и опять, в другую сторону бежать (поднять глаза вверх, вправо, вниз, влево и вверх; и обратно: влево, вниз, вправо и снова вверх)</p> <p><b>Чтение стихотворения</b> <b>К. Люцис</b> «Ребятишкам про зубы»</p> <p><b><u>II половина дня</u></b></p> <p><b>Комплекс упражнений после дневного сна</b> «Делаем</p>	<p><b>Комплекс утренней гимнастики</b> <b>«Бабочки»</b></p>	<p><b>Кукольный театр</b> «Как у Мишки зубы заболели»</p>	<p><b><u>I половина дня</u></b></p> <p><b>Дидактическая игра с мячом</b> «Полезно – вредно»</p> <p><b>Подвижные игры</b> «Добеги и прыгни», «Попрыгунчики»</p> <p><b>Самостоятельная игровая деятельность</b> детей с выносным материалом к сюжетно- ролевой игре «Поликлиника»</p> <p><b>Индивидуальная работа с подгруппой детей</b> «Подбрось повыше»</p> <p><b><u>II половина дня</u></b></p> <p><b>Подвижная игра</b> «Как нужно ухаживать за собой»</p> <p><b>Разучивание пословиц</b> « Кто, сколько жуёт – тот, столько живёт» «Морковь зубы укрепляет, а сахар разрушает»</p> <p>Физкультминутка «Капуста»</p>

	<p>дружно»</p> <p><b>Закаливающие процедуры</b> (хождение по нестандартному оборудованию)</p> <p><b>Сюжетно-ролевая игра</b> «Поликлиника» - ведет прием врач стоматолог</p> <p><b>Совместная деятельность взрослого и ребенка</b> Дидактическая игра «Чистота и гигиена»</p>			<p><b>Самостоятельная игровая деятельность</b> детей с выносным материалом</p> <p><b>Индивидуальная работа</b> на развитие основных движений</p>
--	---	--	--	--

