**Неделя здоровья**

**(с 13 по 17 ноября)**

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

**Понедельник**: *Дарите друг другу добро (13 ноября – Всемирный День доброты)*

**Цель** - сохранение психологического здоровья детей, повышение психолого-педагогической компетенции родителей и педагогов, снятие психоэмоционального напряжения в ДОУ.

**Тематический план на день**

**1.** Акция для родителей и детей «День объятий и хороших слов»

Цель: психологическая профилактика, гармонизация внутреннего мира участников.

Родитель выбирает сердце с пожеланием «Скажите своему ребенку, что Вы его любите», «Обнимите своего ребенка», «Назовите ребенка ласковым словом» и т.д., читают добрые пожелания и исполняют то, что написано.

2. Занятие «День обнимашек и хороших слов»

Цель: способствование положительному эмоциональному самочувствию; сплочение детей друг с другом.

3. Беседа «Поговорим о доброте»

Цель: Приобщение детей к общепринятым нормам взаимодействия между людьми; воспитание чувства сострадания, понимания и взаимопомощи друг к другу.

4. «Аптечка доброты»

Цель: создание положительного эмоционального настроя среди родителей, педагогов привлечение внимания родителей к вопросам воспитания детей.

**Вторник:** *Правильное питание-залог здоровья (14ноября- День борьбы с сахарным диабетом)*

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

 **Тематический план на день**

1. Экскурсия на кухню - наблюдение за работой повара, закрепить словарь по темам: «продукты», «овощи», «фрукты»;

2. Познавательное занятие «Режим питания»;

3. Упражнение «Знакомство с продуктами питания»;

4. Д/и «Вредные и полезные продукты»

5. Беседа: «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»

6. Распространение памяток для родителей на тему: «Профилактика сахарного диабета»

7. Памятка для родителей «Как приучить ребенка к здоровой пище»
8. Рекомендации для родителей по профилактике и коррекции пищевого поведения у детей

**Среда:** *«Чистота — залог здоровья»*

**Цель:** Довести до сознания детей необходимость и важность соблюдения гигиенических процедур, поддерживать чистоту тела, продуктов, помещений. Повышать компетентность родителей в вопросе воспитания культурно-гигиенических навыков у детей.

**Тематический план на день**

1. Беседа «Чистота и здоровье»

2.Чтение худ. литературы Ясное М. "Я мою руки”; А.Барто» Девочка чумазая»

С. Михалков» Про мимозу», И. Семёнов «Как стать Неболейкой»

3. Просмотр мультфильма «Советы Мойдодыра - знание правил гигиены»

4. Минутка безопасности «Правила поведения в умывальной комнате» 5. Памятка для родителей «Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей»

**Четверг:** *«С физкультурой дружить - здоровым быть!»*

**Цель**: Формирование потребности у детей в здоровом образе жизни, формировать двигательную активность детей, укреплять их физическое здоровье, закрепить физические умения и навыки, полученные ранее. Вызывать интерес к спорту, физическим упражнениям. Воспитывать у детей добрые, дружеские взаимоотношения.

**Тематический план на день**

1. Зарядка с Фиксиками.

2.Беседа с детьми «Что такое здоровье»

3.Беседа — рассуждение «Я — спортсмен». Физиологические опыты (обращать внимание детей на то, как изменяется работа нашего организма во время подвижных игр, физической нагрузки (покраснение, потоотделение, учащенное сердцебиение), упражнения в определении пульса в разных состояниях (за 10 с.);

4. Рассматривание альбома «Виды спорта».

5. Просмотр мультфильма «Кому нужна зарядка» 6. Физкультурное развлечение «В гости к Деду Морозу» 7. Анкетирование родителей «Растём здоровыми» 8. Консультация «Красивая осанка - залог здоровья»

**Пятница:** *Если хочешь быть здоров – закаляйся*

**Цель:** Познакомить детей с правилами закаливания, его пользе для организма; знать правила оказания первой помощи при различных травмах, правила поведения во время болезни.

**Тематический план на день**

1.Беседа: «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»;

2.Самомассаж от простуды, гимнастика «маленьких волшебников»;

3.Проведение закаливающих процедур с детьми - «О том, как мы закаляемся в группе»;

4.Развлечение «Волшебное путешествие в страну здоровья»;

5.Чтение художественной литературы Жаброва Е. «Будь спортивным и здоровым

6.Консультация для родителей «Физическая культура вашего малыша»