

МНОГОВАРИАНТНЫЙ ПЛАН ЗИМНИХ КАНИКУЛ В МАДОУ «Детский сад № 51 комбинированного вида»

Интеграция образовательных областей во время каникул

Образовательная область	Реализация
Физическая культура, здоровье	Оздоровительная работа, формирование культурно-гигиенических навыков и представлений о здоровом образе жизни человека, профилактика переутомления.
Безопасность	Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе здоровья.
Познание	Расширение кругозора в части представлений о здоровье и ЗОЖ человека.
Социализация	Формирование представлений о здоровье и ЗОЖ, приобщение к ценностям физической культуры.
Коммуникация	Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и ЗОЖ человека
Художественное творчество	Использование средств продуктивных видов деятельности для обогащения и закрепления содержания областей «Здоровье», «Физическая культура».
Чтение художественной литературы, Музыка	Использование художественных произведений для обогащения и закрепления содержания областей «Физическая культура», «Здоровье»; освоение двигательных эталонов в творческой форме.

Возраст детей: 5-7 лет

Место проведения: групповые помещения, физкультурный зал, музыкальный зал, улица

Цель каникул:

- Организовать продуманный активный отдых детей
- Снизить психологическую и умственную нагрузку на детский организм

Тема каникул: «Быть здоровым – это модно!»

День недели	Формы работы	Место проведения с учетом гибкого режима дня
Вторник «Здоровому все здорово».	<ul style="list-style-type: none"> • Оздоровительная утренняя гимнастика • Чтение энциклопедии «Тело человека. Как мы устроены» <p>Цель: расширять знания и представления о человеческом организме.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра «Разрезные человечки», «Составь портрет» <p>Цель: уточнить представления о строении человеческого тела и назначении отдельных частей тела</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра «Я расту» <p>Цель: формировать представления о возрасте человека; знакомить с некоторыми элементами периодизации возраста.</p>	Физкультурный зал Групповое помещение

	<ul style="list-style-type: none"> • Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик самый сильный...» • Совместная деятельность взрослого и детей: игра-путешествие в страну Здоровяков (по станциям: Режим дня, Чистота и Гигиена, Правильное питание, Спорт и Закаливание, Хорошее настроение) • Дневная прогулка: игра малой подвижности «Чем я с другом поделюсь» Цель: закрепить знания о назначении предметов личной гигиены. Элементы спортивных игр с мячом: «Забрось в кольцо», «Обведи мяч». Подвижная игра «Что мы видели не скажем, а что делали покажем» Цель: развивать находчивость, сообразительность, умение перевоплощаться Катание с горки. Индивидуальная работа по развитию движений: зависит от уровня физического развития детей. <i>Вторая половина дня</i> • Оздоровительные мероприятия после сна: бодрящая гимнастика; босохождение по «дорожке здоровья» (массаж стоп); воздушные ванны. • Сюжетно-ролевые игры «Мы спортсмены», «Поликлиника» Цель: закреплять знания о профессиональных действиях; воспитывать навыки взаимодействия. • Художественное творчество «Как здоровье найти» Цель: развивать детское творчество, умение воплощать свой замысел в рисунке, закрепить представления о здоровом образе жизни. • Вечерняя прогулка: самостоятельная деятельность детей, подвижные и спортивные игры. 	<p>На улице. При морозной погоде проводится в хорошо проветренном физкультурном зале</p> <p>Помещение спальни</p> <p>Групповое помещение</p> <p>При морозной погоде игры проводятся в физкультурном или музыкальном залах</p>
<p>Среда «Зимние забавы и развлечения»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Оздоровительная утренняя гимнастика • Игра «Собери картинку» (новогодняя тематика) Цель: упражнять в составлении целого из частей. Загадки о зиме, зимних забавах и развлечениях Цель: развивать слуховое внимание, быстроту мышления • Пальчиковая гимнастика «Елочка», «Снеговик» • Совместная деятельность взрослого и детей: музыкальный праздник «Прощание с елочкой» • Дневная прогулка: Подвижные игры «Ловишки», «На санки» Цель: упражнять в беге в разные стороны, умении ориентироваться в пространстве, быстро добегать до санок и садиться на них Конкурс «Лепим фигуры из снега» Цель: учить слепить из снега простые фигурки, схожие с простыми предметами; закрепить знания о свойствах снега. Индивидуальная работа по развитию движений: зависит от уровня физического развития детей. Катание с горки. <i>Вторая половина дня</i> Оздоровительные мероприятия после сна: бодрящая гимнастика, босохождение по «дорожке здоровья» (массаж стоп), воздушные ванны. • Чтение художественной литературы: Ирина Гурина «Зимние забавы» • Художественное творчество «Бусы для Снегурочки» 	<p>Физкультурный зал</p> <p>Групповое помещение</p> <p>Музыкальный зал</p> <p>На улице. При морозной погоде проводится в хорошо проветренном физкультурном зале</p> <p>Помещение спальни</p> <p>Групповое помещение</p>

	<ul style="list-style-type: none"> Вечерняя прогулка: самостоятельная деятельность детей, подвижные и спортивные игры. 	При морозной погоде игры проводятся в зале
<p>Четверг «Зимние Олимпийские Игры»</p>	<ul style="list-style-type: none"> Оздоровительная утренняя гимнастика Познавательная беседа об истории олимпийского движения, его символике. Загадки о спорте, спортивном инвентаре <p>Цель: закреплять представления о различных видах спорта, развивать слуховое внимание, быстроту мышления.</p> <ul style="list-style-type: none"> Игры «Кому, что нужно для занятий спортом», «Назови спортсмена», «Подбери слово» <p>Цель: закреплять умение группировать предметы по смыслу, упражнять в образовании, употреблении и правильном произношении слов.</p> <ul style="list-style-type: none"> Дневная прогулка: Совместная деятельность взрослого и детей: спортивный праздник «Детские Зимние Олимпийские игры» <p>Катание с горки. Индивидуальная работа по развитию движений: зависит от уровня физического развития детей.</p> <p><i>Вторая половина дня</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Оздоровительные мероприятия после сна: бодрящая гимнастика, босохождение по «дорожке здоровья» (массаж стоп), воздушные ванны. Чтение художественной литературы: В.Радченко «Твой олимпийский учебник», С.Прокофьева «Румяные щеки» Художественное творчество: «Нарисуй олимпийскую эмблему, медаль» <p>Цель: развивать творческое воображение, умение воплощать свой замысел в рисунке; навыки работы с красками, кисточками.</p> <ul style="list-style-type: none"> Вечерняя прогулка: самостоятельная деятельность детей, подвижные и спортивные игры. 	<p>Физкультурный зал</p> <p>Групповое помещение</p> <p>На улице. При морозной погоде проводится в хорошо проветренном физкультурном зале</p> <p>Помещение спальни</p> <p>Групповое помещение</p> <p>При морозной погоде игры проводятся в зале</p>
<p>Пятница «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»</p>	<ul style="list-style-type: none"> Оздоровительная утренняя гимнастика Беседа: «Здоровье в порядке – спасибо зарядке» <p>Цель: Помочь детям понять важность физической культуры для сохранения и укрепления здоровья.</p> <ul style="list-style-type: none"> Просмотр иллюстраций: «Моё здоровье – моё богатство». Заучивание пословиц и поговорок о здоровье. <p>Цель: Учить детей заботиться о своём здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью. Помочь детям понять, что здоровье зависит от многих факторов: Соблюдение правил гигиены, питания. Правил физкультуры и закаливания.</p> <ul style="list-style-type: none"> Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются» (Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова) <p>Дневная прогулка:</p> <ul style="list-style-type: none"> Спортивные соревнования с участием родителей «Зимние забавы» <p>Цель: Вызвать у детей радостное, бодрое настроение от совместных соревнований с родителями. Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи, поддерживать в детях спортивный дух, желание заниматься физической культурой, вести здоровый образ жизни</p> <p><i>Вторая половина дня</i></p>	<p>Физкультурный зал</p> <p>Групповое помещение</p> <p>На улице. При морозной погоде проводится в хорошо проветренном физкультурном зале</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Оздоровительные мероприятия после сна: - бодрящая гимнастика, «Тропа здоровья» (массаж стоп); - воздушные ванны, массаж спины (дети выполняют друг другу стоя «паровозиком») (М.Ю.Картушина) • Совместно с детьми разработать «Правила чистюли» Цель: Воспитывать положительное отношение к чистоте • Дидактическая игра «Опасно – не опасно» Цель: Помочь ребенку отличить опасные и неопасные для жизни ситуации. Соблюдать правила безопасного поведения в различных ситуациях. • Аромотерапия • Художественное творчество «Как здоровье найти» Цель: развивать детское творчество, умение воплощать свой замысел в рисунке, закрепить представления о здоровом образе жизни • Вечерняя прогулка: самостоятельная деятельность детей, подвижные и спортивные игры. 	<p>Помещение спальни</p> <p>Групповое помещение</p> <p>При морозной погоде игры проводятся в зале</p>
--	--	---