

**Мақсаты:** балаларды, ата-аналарды және педагогтарды жалпы сауықтыру, ағзаның қоршаған орта факторларының зиянды әсеріне төзімділігін арттыру.

**Міндеттері:**

- мектеп жасына дейінгі балаларда салауатты өмір салтының негіздерін қалыптастыру. Денсаулық сақтау ережелерін саналы түрде орындауға және өз денсаулығына да, айналасындағылардың денсаулығына да жауапкершілікпен қарауға қол жеткізу;
- спортпен шұғылдануға және салауатты өмір салтына эмоционалды-оң көзқарас қалыптастыру.

Дене шынықтыру – сауықтыру сауаттылығы апталығы: "Балалар спорт әлемінде» 15- 19 ақпан 2021ж					
І күн – 15 ақпан 2021ж. Күннің ұраны: " Денсаулық-әлемдегі ең бастысы екенін ересектер де, балалар да білуі керек!»					
Балабақшаның барлық топтары					
№	Іс-шараның атауы	Өткізу нысаны	Қатысушылар	Өткізу орны	Сілтеме, өткізу алгоритмі немесе ереже
<b>«ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ-САУЫҚТЫРУ САУАТТЫЛЫҒЫ» АПТАЛЫҒЫНЫҢ АШЫЛУЫ.</b>					
1	"Ер-Төстік бізде қонақта" «Орманға саяхат»	Тыныс алу гимнастикасының элементтері бар таңертеңгі гимнастика.	Барлық жас топтары	Спорт зал	Қосымша 1
2	"Ер Төстікпен бірге ойнаймыз»: "Айгөлек»; "Оқтау тартыс "(тартысу); "Алысқа лақтыр» ("Әрі қарай лақтыру").	Серуенге арналған ойындар	Барлық жас топтары	Б\б аумағы	Қосымша 2
3	"Түзету гимнастикасы: жалпақ табандылық және қалыптың(дене бітім) бұзылуы".	Ақпараттық экран (ширма)	Ата- аналар	Б\б фойесі	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2019/06/12/kompleks-uprazhneniy-dlya-profilaktiki-i-korreksii">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2019/06/12/kompleks-uprazhneniy-dlya-profilaktiki-i-korreksii</a>
4	«Біз бірге мықтымыз»	Отбасылық спорт турнирі	Ортаңғы топ тәрбиеленушілері, ата-аналар.	Б\б аумағы	Қосымша 3
5	«Фитнес- МДҰ-дағы денсаулық сақтау нысаны ретінде".	Тәрбиешілерге арналған шеберлік сынып	Педагогтар	Музыка залы.	<a href="https://www.youtube.com/playlist?list=PLWCbDnMJcVX_TGybzhraDOINK8G1CurCt">https://www.youtube.com/playlist?list=PLWCbDnMJcVX_TGybzhraDOINK8G1CurCt</a>
6	"Көңілді дене тәрбиесі".	Жоба	(мектепалды даярлық тобы)		Қосымша 4
II күн– 16 ақпан 2021ж.					

**Спортты сүйер отбасы күні.  
Күннің ұраны: Дені саудың- жаны сау!**

1	"Күн сәулесі»	Таңғы жаттығу	Барлық жас топтары	Спорт зал.	<a href="https://youtu.be/Sj-gr2HLxjE">https://youtu.be/Sj-gr2HLxjE</a>
2	«Тәні саудың – жаны сау»	Салауатты өмір салты жайында балалармен әңгіме жүргізу	Барлық жас топтары	Топтар	Қосымша 5
3	"Денсаулық қайда жасырылды?»	Презентация көру.	Ересек және мектепалды даярлық топтары	Музыка залы.	Қосымша 6
4	«Қысқы олимпиада» спорттық ойын-сауық»	Ойындар мен эстафеталар.	Кіші топтар	Спорт зал	Қосымша 7
5	"Отбасындағы белсенді демалыс" (флаер)	Ата- аналарға кеңес	Ата- аналар	б/б фойесі	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2017/03/01/aktivnyy-otdyh-v-seme">https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2017/03/01/aktivnyy-otdyh-v-seme</a>

**III күн – 17 ақпан 2021ж.**

**«Секіру күні» спорттық сағат технологиясы.**

**Күннің ұраны: Қозғалыссыз денсаулық жоқ, оны сізге бәрі айтады!**

**Көңілді күймен айналысыңыз. Спортпен, бимен, серуенмен!**

1	«Карлсон балаларға қонаққа келді»	Йога элементтерімен таңертеңгілік жаттығу	Барлық жас топтары	Спорт залы	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=wXU9KHKB47w">https://www.youtube.com/watch?v=wXU9KHKB47w</a>
2	«Спорт балалар көзімен»	Суреттер байқауы	Балалар, ата-аналар және педагогтар	Б/б фойесі	Қосымша 8
3	«Қазына іздеуде»	Спорттық квест	Ата-аналар	Б/б аумағы	<a href="https://www.maam.ru/detskijsad/-sportivno-ozdorovitelnaja-kvest-igra-s-detmi-starshego-doshkolnogo-vozrasta-avtor-bahtijarova-irina-anatolevna.html">https://www.maam.ru/detskijsad/-sportivno-ozdorovitelnaja-kvest-igra-s-detmi-starshego-doshkolnogo-vozrasta-avtor-bahtijarova-irina-anatolevna.html</a>
4	«Күн режиміндегі босаңсыту ойындары мен жаттығулардың рөлі»	Кеңес	Педагогтар	Музыкалық зал.	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2018/01/20/konsultatsiya-dlya-vozpitateley-relaksatsionnye-uprazhneniya-i-ih-rol">https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2018/01/20/konsultatsiya-dlya-vozpitateley-relaksatsionnye-uprazhneniya-i-ih-rol</a>
5	«Біз Витаминді қалай сақтадық»	Спорттық ойын-сауық	Ортаңғы топтар	Спорт залы	Қосымша 9

**IV күн – 18 ақпан 2021ж.****«Асық еліне саяхат»****Күннің ұраны: «Денсаулық - зор байлық!»**

1	«Алдар Көсе балаларға қонаққа келді»	Түсті терапия элементтері бар таңертеңгі гимнастика	Барлық жас топтары	Спорт залы	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=xyS4WWbtttM">https://www.youtube.com/watch?v=xyS4WWbtttM</a>
2	«Асық ату» - көшпенділерге арналған боулинг	Турнир	Ата-аналар, педагогтар	Спорт залы	Қосымша 10
3	«Денсаулық ізі»	Сауықтыру жолдары	Барлық жас топтары	Б/б аумағы	Қосымша 11
4	Дене шынықтыру ойыны-сауығы "Халық ойындарының калейдоскопы»	Спорттық ойын-сауық	Ортаңғы топ	Спорт залы	Қосымша 12

**V күн – 19 ақпан 2021ж.****Аптаның жабылуы.*****Мен балабақшада дене шынықтырумен доспын.***

Күннің ұраны:

*Әлемде жақсы рецепт жоқ – Спортпен ажырамас бол!**Сіз жүз жыл өмір сүресіз – Міне, барлық құпия!*

1	«Айсұлу балаларға қонаққа келді»	Би және ойын элементтері бар таңертеңгілік жаттығулар	Барлық жас топтары	Спорт залы	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=sPX27NNVWCY">https://www.youtube.com/watch?v=sPX27NNVWCY</a>
2	«Тазалық-Денсаулық Кепілі»	Әңгімелесу	Ортаңғы, ересек топтар	Топтар	Қосымша 13
3	«Спорт және отбасы» (отбасылық фото).	Коллаж	Барлық жас топтары	Б/б фойесі	Тақырыптық стендтің дизайны.
4	«Спорт түрлері» «Денсаулық еліне саяхат»	Интерактивті ойын	Балалар	Музыкалық зал	Қосымша 14
5	Аптаның салтанатты жабылуы «Спортакиада»	Спорттық іс-шара	Ересек, мектепалды даярлық топтары; ата-аналар	Спорт залы	Қосымша 15
6	«Биле, биле»	Флешмоб	Барлық жас топтары	Музыкалық зал	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3Q3Y2bLxaX0">https://www.youtube.com/watch?v=3Q3Y2bLxaX0</a>