**Конспект профилактического занятия**

**в старшей группе «Победа над вирусом гриппа»**

*Задачи :*

-вызвать у детей желание быть здоровым и вести правильный образ жизни;

-познакомить детей с традиционными способами закаливания организма как формы борьбы против вирусов простудных заболеваний.

- сохранение и укрепление здоровья у детей

*Материал:* Игровой дидактический материал «Малыши-крепыши»(1-2части), обучающая игра-лото «Валлеология или здоровый малыш», музыкальный центр, диск, модель вируса гриппа, рисунки детей, тарелочки с нарезанным репчатым луком на всех столах, противомикробные шнурочки на шее с чесноком у каждого ребенка (фитонциды), фотографии занятия ( Приложение № 8)

***Ход занятия***

1.Здравствуйте дети. Я придумала для вас загадку, попробуйте отгадать её:

От него температура,

насморк, головная боль,

но я буду с ним бороться,

потому что он плохой.

 (Вирус гриппа, микроб.)

-А вот и вирус гриппа, главный микроб, пришёл к нам в гости.

-Давайте ребята покажем и расскажем, что надо делать, чтобы не заболеть гриппом.

-Сегодня на занятии я предлагаю вам сыграть в интересную игру. Послушайте правила нашей игры:

-когда один говорит, все молчат;

-если хочешь сказать, надо поднимать руку;

-если хочешь, чтобы тебя похвалили, слушай внимательно воспитателя.

2.На магнитной доске выставляются картинки.   

Воспитатель зачитывает стихотворение и дети находят к ней соответствующую картинку.

**Спортивные развлечения. Лыжи Спортивные Развлечения. Санки**

Большой сугроб пушистый Ох, отличная забава-

Ногами не пройти, На санях кататься!

Но это не преграда Да, зимою очень славно

Для лыжного пути. Можно развлекаться!

Вставай скорей на лыжи! На верёвке тянешь санки

Шагай иль с вихрем с горки! По дорожке снежной,

Всем для здоровья нужен А потом с высокой горки

Морозный воздух звонкий. Съедешь безмятежно.

**Спортивные развлечения. Коньки Закаливание водой. Ножные ванны**

Лёд искриться серебристый, Знает даже осьминог,

На ногах «Снегурки». Что «идет простуда с ног».

Удивительное чувство Значит, всем пора понять-

От такой прогулки! Надо ноги закалять:

Стоять на тонких лезвиях, Утром в таз воды прохладной

Катиться, как по маслу. Нам ступни поставить надо.

Чудесный миг скольжения Ненадолго, на чуть-чуть…

В ледовой зимней сказке! Завтра тоже не забудь!

Танцевать легко, красиво, А затем свои ступни

Двигаться кругами, Полотенцем разотри.

Создавая кружево

Легкими коньками.

**Закаливание водой. Купание Закаливание водой. Душ**

Лето. Солнце. Пляж песчаный. Душ прохладный – не для слабых-

Чистой речки видно дно. Заставляет организм

Мы идем купаться с мамой. Не бояться самых грозных

Вода уж теплая давно! Ангино-грипповых каприз.

На мелководье поплескаться, Только важно регулярно,

Нырять, барахтаться, визжать! То есть каждый-каждый день,

Вода поможет закаляться, Тебе вставать под душ прохладный

Здоровым, крепким телом стать И будешь крепок, как кремень.

**Режим сна Закаливание водой. Умывание**

Тих, невидим, невесом, Умывать лицо руки,

В гости к нам приходит сон. Шею непременно

За собой зовёт в кроватку- Надо по два раза в сутки

Спи, малыш, в ней сладко-сладко. Снижая постепенно

Все спят ночью, но и днём У воды температуру,

Мы немного отдохнём. Чтобы позабыть микстуру.

З полдня устали слишком,

Надо сделать передышку.

Голове, рукам у вас

Нужен отдых -тихий час.

**Закаливание воздухом. Утренняя зарядка**

Утром форточку откроем, Иль, как пташечки, порхаем,

Свежий воздух пригласим. «Ловим мошек»на ходу.

Зарядка нас взбодрит, настроит

И прибывает новых сил.

Руки вверх и покачаем,

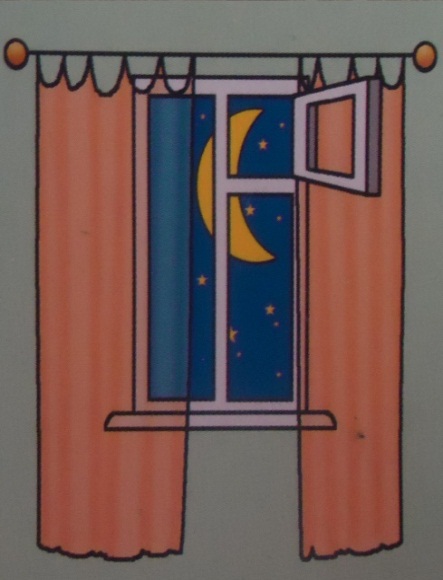
Словно деревце в саду.

**3.Минутка здоровья**

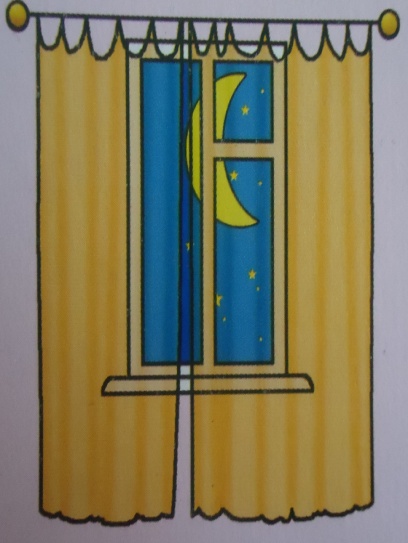
Показ картинок воспитателем сопровождается двигательной активностью детей. Например: на позитивные картинки дети должны реагировать прыжками, а при показе неактивных картинок должны садиться на пол.

*Позитивные картинки*

* *

* *****

*Негативные картинки:*

**

* *

**4. Комментирование рисунков детей.**

Дети выходят к доске со своими рисунками и рассказывают о том, что они нарисовали.

**5. Выставка рисунков по профилактике гриппа и простудных заболеваний в детском саду «Золотая рыбка».**

**6. Воспитатель уничтожает на глазах у детей модель вируса гриппа** (рвет на мелкие кусочки).