«Чтобы вырасти здоровым,

Энергичным и толковым,

Чтоб прогнать усталость, лень!

Ешьте витамины каждый день.

Рано утром не ленитесь,

На зарядку становитесь!»

**День здоровья**

**4 апреля 2014 год**

**Основные задачи:**

- Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь».

- Продолжать знакомить с частями тела и органами чувств человека. Дать

представление о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека

- Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употребления в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

- Учить заботиться о своем здоровье.

- Дать представление о составляющих здорового образа жизни.

- Воспитывать потребность быть здоровым. Дать представление о значении физических упражнений для организма человека (как называется упражнение, для чего упражнение необходимо, что укрепляет, как заниматься им безопасно). Продолжать знакомить с физическими упражнениями для укрепления своих органов и систем.

**Распорядок дня:**

**Утро 7.00-8.50**

**Рассматривание иллюстраций книги К.И.Чуковского «Айболит».**

**Чтение сказки**.

*Задачи*: мотивировать детей, вызвать интерес, привлечь внимание, активизировать речь, память.

**Дидактическая игра «Что помогает быть здоровым».**

*Задачи:* дать представление о составляющих здорового образа жизни. Воспитывать потребность быть здоровым. Дать представление о значении физических упражнений для организма человека.

**Утренняя гимнастика «Будем здоровы».**

*Задачи:* учить заботиться о своем здоровье, вызвать радость от выполняемых упражнений, укрепить организм детей.

**Умывание «Водичка-водичка».**

*Задачи:* формирование КГН.

**Завтрак.**

*Задачи:* настроить детей на принятие пищи, повысить аппетит.

**Подвижная игра «Проползи и не задень».**

**Гимнастика для глаз.**

*Задачи:* тренировка и укрепление зрения.

**8.50-10.25**

**НОД.**

**Прогулка 10.25-12.10**

**Оздоровительный час №2 «Будем сильными, здоровыми и ловкими».**

*Задачи:* обеспечивать осознанное овладение движениями, вызвать интерес к двигательной деятельности, воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности.

**Подвижные игры «Воробышки и автомобиль», «Юные спортсмены».**

*Задачи:* развитие быстроты движений, точности, закрепление навыков прыжков, умение действовать по сигналу.

**Вторая половина дня. 14.50-16.00**

**Пробуждающая гимнастика «Не хотим мы больше спать».**

*Задачи:* поднять эмоциональный настрой после сна.

Дорожка здоровья.

**Психогимнастика.**

*Задачи:* выполнение этюдов на расслабление мышц.

**Полдник.**

**Дидактическая игра «Малыши-крепыши».**

*Задачи:* дать представление о значении физических упражнений для организма человека (как называется упражнение, для чего упражнение необходимо, что укрепляет, как заниматься им безопасно). Продолжать знакомить с физическими упражнениями для укрепления своих органов и систем.

**Вечер. 16.00-19.00**

**Развлечение совместно со специалистом детской стоматологической поликлиники «Берегите свои зубки»**

*Задачи:* учить детей следить за полостью рта, формировать привычку ежедневно чистить зубы.

**Сюжетно-ролевая игра «Врача вызывали»**

Задачи: ознакомление детей с основной информацией о себе, о группе. О своей семье, о профессиях. (Формирование семейной, гражданской принадлежности) Учить детей согласовывать тему игры, свои действия с действиями партнеров.

**Ужин.**

**Книжки – раскраски «Здоровые зубы»**

**Выставка литературы: «Азбука здоровья», «Уроки Айболита», «Я и моя безопасность».**

**Работа с родителями:** конкурс рисунков с участием детей и родителей «Мы делаем зарядку», участие в городском конкурсе «Сохраним зубы здоровыми», папки передвижки «Как сохранить зубы детей здоровыми и красивыми», «Контроль за осанкой».