|  |  |
| --- | --- |
|  | Дворникова Татьяна Федоровна  воспитатель первой квалификационной категории группы компенсирующей направленности  Конспект мероприятия на тему: «День здоровья» (для детей старшего дошкольного  возраста) |

**Цели:**

* формировать [у детей](http://50ds.ru/metodist/498-vospitanie-u-detey-doshkolnogo-vozrasta-polozhitelnoy-privychki-bezopasnogo-povedeniya-na-ulitsakh-goroda.html) сознательную установку на здоровый образ жизни
* совершенствовать представления о том, сохранить и укрепить здоровье, умение устанавливать причинно-следственные связи между здоровьем и образом жизни человека
* формировать  мотивы и потребности в здоровом образе жизни
* удовлетворять потребность детей в двигательной активности

**Предварительная работа:**

* занятие на тему «Бережем свое здоровье», «Как устроен мой организм»
* беседы на тему: «О правильном питании», «Здоровые зубы», «Соблюдаем режим дня»
* рассматривание альбомов «Зеленая аптека», «Спортландия»
* дидактические игры по теме здорового образа жизни
* выставка детских рисунков на тему здорового образа жизни и спорта.
* выпуск стенгазеты «Мы здоровью скажем - Да!».
* в меню на день здоровья включены блюда с необычными названиями: салат «Здоровье», каша «Растишка», чай «Бодрость», суп «Целебный».

**Ход мероприятия:**

Накануне праздника воспитатель предлагает детям посвятить завтрашний день здоровью и провести его под девизом «Быть здоровыми хотим». А также задает вопрос «Так что же такое - здоровье?»(Ответы детей)

**Утренний прием детей.** Воспитатель обращает внимание воспитанников на спортивное оборудование, разложенное на ковре, на дидактические игры, книги, альбомы, раскраски на тему здоровья и здорового образа жизни и просит детей выбрать себе занятие по интересу.

*Речевая пятиминутка* (тема недели «Наше тело»): пальчиковая гимнастика «В гости к пальчику большому», упражнение на развитие мимических мышц «Спи глазок, спи другой», дыхательное упражнение «Вот какие мы большие». Задачи: развитие мелкой моторики, мимических мышц, длительного и плавного выдоха.

Воспитатель: Ребята, вы никогда не задумывались, почему каждое утро мы с вами здороваемся? Удивительное слово «здравствуйте» и означает «будь здоров». Давайте еще раз пожелаем друг другу здоровья в игре.

*Коммуникативная игра «Ты шагай, не зевай».* Задачи: развитие открытости, умения проявлять интерес друг к другу, формирование выразительности движений средствами общей моторики.

*Завтрак.* В течение дня дежурные сообщают меню и рассказывают о пользе данных блюд для здоровья. Воспитатель обращает внимание на правильную осанку детей, культуру поведения за столом.

**Непосредственно образовательная деятельность.**

Воспитатель: «Внимание! Внимание! Ровно в 9 часов в путешествие по стране здоровья отправляется поезд. Спешите на поезд без опозданий, возьмите с собою багаж своих знаний. Во время нашего путешествия мы с вами будем делать остановки на различных станциях. Занимайте места в вагонах. Итак, в путь!»

Детей можно разделить на подгруппы, каждая из которых получает маршрутный лист.

Дети передвигаются по детскому саду.

Первая остановка на станции *«Медицинская»* (кабинет медсестры). Викторина «Калейдоскоп здоровья». Задачи: углубление и систематизация представлений детей о факторах, влияющих на состояние здоровья, формирование стремления к здоровому образу жизни.

Медсестра вынимает из бикса написанные на листе бумаги вопросы о здоровом образе жизни и зачитывает их детям (Например, «Почему необходимо мыть руки перед едой?»). Тот, кто правильно и полно отвечает на него, получает «капельку здоровья» (жетон в форме капельки).

*Станция «Спортивная».* Детей приветствует инструктор по физической культуре:

Улыбкой светлой, стройным парадом,

День здоровья продолжить нам надо.

Чтобы сильным, ловким быть -

Мы со спортом будем дружить.

и проводит с детьми соревнования «Веселые старты».

**Задачи:** развитие двигательной активности, воспитание желания заниматься спортом, быть здоровым, создание положительного эмоционального настроя у детей.

*Станция «Спокойная».* У дверей своего кабинета детей встречает психолог: «Мне приятно видеть вас радостными и оживленными. Теперь можно сесть на стульчики и отдышаться. Психолог проводит с детьми психогимнастику «Лечим больного медвежонка» (упражнение на расслабление) Задачи: снятие напряжения, развитие чувственного восприятия.

По пути в группу дети делают остановку возле кухни *на станции «Угадай -ка».* Их встречает повар: «Здравствуйте, дети! Я хочу загадать вам загадки о полезных продуктах. Отгадаете мои загадки – получите отгадки. Желаю успеха!» Задачи: учить отгадывать описательные загадки, закреплять знания о характерных признаках фруктов.

Повар хвалит детей и дарит им фрукты.

*Станция «Витаминная»* в группе. Нарезка фруктов детьми для приготовления компота. Задачи: закрепление представлений о пользе фруктов, формирование элементарных умений по приготовлению пищи, навыков безопасного поведения во время работы.

Дети надевают фартуки, колпаки или косынки, тщательно моют руки и режут фрукты на разделочных досках.

*Второй завтрак.* Компот «Фруктовая фантазия»

**Прогулка.**

*Наблюдение.* Задачи: закрепление элементарных представлений о значении чистого воздуха для здоровья человека, об источниках загрязнения воздуха.

Воспитатель: Что загрязняет воздух? (дым котельных труб, выхлопные газы автомобилей). Что мы можем сделать, чтобы в городе было больше свежего воздуха? (посадить саженцы, ухаживать за деревьями).

*Труд.* Обкапываниекустов, деревьев. Задачи: формирование заботливого отношения к природе, совершенствование знаний детей о способах ухода за

деревьями.

*Подвижная игра «Удочка».* Задачи: упражнение ввыполнении прыжков вверх на месте и с продвижением вперед, развитие быстроты реакции, ловкости, формирование интереса к занятиям физическими упражнениями

*Индивидуальная работа с детьми.* Игровое упражнение «Сядем парочкой». Задачи: упражнение детей в поддержании равновесия, развитие коор­динации движений, формирование умения действовать согласованно в парах.

Воспитатель дает словесные инструкции («Попрыгать на правой ноге» и т.д.), дети выполняют их, стоя в парах.

*Самостоятельная игровая деятельность*. Задачи. Формирование умения находить себе занятие по интересам, объединяться в группы для совместных игр, строить отношения в процес­се игр, действовать в спорных ситуациях.

**Вечер**  Пробуждение под музыкальное сопровождение "Голоса леса". Бодрящая гимнастика «Будоражки» (разминка в постели и самомассаж). Ходьба по корригирующим дорожкам. Умывание прохладной водой. Задачи: улучшение настроения детей, повышение мышечного тонуса, тренировка защитных сил организма, способствование профилактике нарушения плоскостопия.

*Индивидуальная работа с детьми по заданию логопеда*

*Чтение художественной литературы К.Чуковский «Мойдодыр»*. Задача: формирование представлений о важности соблюдения правил личной гигиены.  
 *Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника»* Задачи: совершенствование умения детей распределять роли, действо­вать согласно им, отражать в игре деятельность и взаимоотношения, ха­рактерные для представителей определенных профессий; показ соци­альной значимости медицины, воспитание уважения к труду медицинс­ких работников.

В заключение дня подводятся итоги. Проводится символическое награждение детей от доктора Айболита (книжки-малышки по теме здоровья).

Список литературы:

1. Авдеева Н.Н., Князева О.Л, Стеркина Р. Б.. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. - СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005. - 144с.

2. Агапова И.А., Давыдова М.А. Веселая психогимнастика, или как научить ребенка управлять самим собой: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2012. -168с. (Растем здоровыми)

3. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2012. -64с.

4. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2010. - 96с.

5. Павлова Л.Ю. Сборник дидактических игр по ознакомлению с окружающим миром. Для работы с детьми 4-7 лет. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2012. - 80с.

6. Сборник подвижных игр. для работы с детьми 2-7 лет/Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2012. - 144с.