***День здоровья***

***«Пилюлькин пришел к нам в гости»***

*Средняя группа*

*Составили: Ульяхина Марина Владимировна,*

*воспитатель МБДОУ д/с № 8*

*Кичко Ирина Викторовна,*

*инструктор по физической культуре МБДОУ д/с № 8.*

***Задачи:***

- закрепить знания детей о понятии «здоровье»;

- уточнить правила сохранения здоровья;

- сформировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья;

- удовлетворить потребность детей в двигательной активности.

**Игровой персонаж:** Пилюлькин, роль которого выполняет воспитатель (медицинский халат, шапочка, в кармане – фоноскоп).

**У т р о:** Когда соберутся все дети, воспитатель обращает внимание на большую, яркую книгу Н. Носова «Приключение Незнайки и его друзей», которая появилась в группе. «Кто же ее принес? Может, кто-то хочет убедиться, как хорошо мы знаем сказку «Приключение Незнайки и его друзей»?

**Рассматривание иллюстраций книги, чтение отрывков.**

**Цель:** привлечь внимание и вызвать эмоциональный интерес детей к сказке, развивать речь, память.

Воспитатель предлагает детям отправиться в сказку, выбрать себе роли. Но оказывается, что нет самого Пилюлькина. «А может, он уже приходил? Давайте мы его позовем». Дети зовут Пилюлькина, воспитатель уходит, переодевается в Пилюлькина и появляется перед детьми. Пилюлькин здоровается, осматривает детей, шутит с ними, просит сделать несколько упражнений, подышать, ставит «диагноз» и говорит, что дети нуждаются в зарядке.

**Утренняя гимнастика**  (ритмическая)

**Завтрак:** Цель: сформировать осознанное отношение детей к сохранению собственного здоровья, интерес к повседневным гигиеническим процедурам; развивать речь, мыслительную деятельность детей.

При подготовке к завтраку осматривает Пилюлькин вымытые руки, лицо, уши детей. Спрашивает, для чего мы моем руки. Что может случиться, если не мыть перед едой руки? Почему надо насухо вытирать руки? До начала завтрака Пилюлькин спрашивает детей, почему нельзя разговаривать, когда во рту находится пища. Почему пищу надо тщательно пережевывать?

**Беседа с детьми «Что такое здоровье и как его сохранять? Что надо делать, чтобы быть здоровым?»**

Цель: закрепить знания детей о том, как надо сохранять здоровье, укреплять его, какие правила безопасности надо соблюдать, чтобы не повредить здоровью; развивать любознательность, внимание к собственному организму, ощущениям; развивать диалогическую речь.

Оборудование: картинки, иллюстрации, предметы ухода за телом.

Пилюлькин спрашивает, что дети знают о здоровье, своем организме, как они стараются не болеть. Предлагает поиграть с пальчиками. Игры-упражнения - «Шарик»: Надуваем быстро шарик-

Он становится большой.

Вдруг шар лопнул, воздух вышел-

Стал он тонкий и худой.

Все пальчики обеих рук – в «щепотке» и соприкасаются кончиками. В этом положении дуть на них – при этом пальчики принимают форму шара. Воздух «выходит», и пальчики принимают и.п.

Пилюлькин предлагает «Раз, два – дружно встали (шагаем на месте)

Руки прямо мы поставим (руки на поясе)

Три, четыре разведем (руки в стороны)

С пятки встанем на носок,

Вправо, влево посмотрели (поворот головы влево-вправо)

На носочки мы присели (приседания)

И как птички полетели.

**Прогулка:** Наблюдение за солнцем.

**Цель:** уточнить знания детей о влиянии солнца на жизнь растений, животных, людей; развивать наблюдательность, любознательность; рассказать о влиянии солнца на здоровье человека; развивать активный словарь детей.

Пилюлькин спрашивает у детей, знают ли они, зачем нужно принимать солнечные ванны, но долго быть на солнышке нельзя.

Солнце вышло из-за тучки,

Мы протянем к солнцу ручки.

Руки в стороны потом

Мы пошире разведем

Мы закончили разминку,

Отдохнули ножки, спинки.

**Подвижная игра «Солнечные зайчики»:**

Солнечные зайчики играют на стене,

Поманю их пальчиком,

Пусть бегут ко мне.

Ну, лови, лови скорей!

Вот, вот, вот – левей, левей!

Зайчик ускакал на потолок.(дети ловят зайчика на стене. Воспитатель направляет зеркальце пониже, дети стараются поймать зайчика.)

**Игры с водой**

Цель: закрепить знание свойств воды, отметить ее влияние на здоровье человека; создать у детей веселое настроение, порадовать детей.

 Пилюлькин спрашивает у детей, знают ли они такую поговорку: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»? Предлагает поиграть с водой. Дети пускают кораблики, совершают простейшие опыты с предметами разного веса и материала (наблюдают, как ведут на воде разные предметы).

**Сюжетно-ролевая игра «Больница»**

Цель: развивать игровой диалог, игровое взаимодействие; закрепить знания л профессиях врача, медицинской сестры.

Воспитатель превращает детей в героев сказки «Приключения Незнайки и его друзей», предлагает полечить больных жителей цветочного города.

**2-я половина дня:** После сна, во время одевания, воспитатель обращает внимание детей на то, как надо расчесывать волосы, почему это надо делать личной расческой, щеткой; почему волосы надо расчесывать, какие заколки могут испортить волосы и т.д.

**Драматизация сказки «Приключения Незнайки и его друзей» (с участием взрослых)**.

**Сюрпризный момент** – Пилюлькин угощает детей яблоками.