МБОУ «Начальная школа – детский сад №1 компенсирующего вида»

День здоровья

План проведения.

Подготовительная к школе группа №4

Подготовила и провела: воспитатель первой квалификационной категории Питеркина О.В.

Г. Сергиев Посад

2015 год.

Цель:

- Закреплять знания, умения и навыки полученные ранее;

- Формировать двигательную активность детей;

- Создавать условия для физической разрядки детей;

- Укреплять физическое здоровье детей;

- Повышать сопротивляемость к простудным заболеваниям;

- Продолжать прививать любовь и интерес к здоровью, спорту;

- Продолжать воспитывать у детей добрые и дружеские отношения.

- Закреплять навыки личной гигиены.

Материал: кегли, мячи, кубики, мультимедийное оборудование; аудиозапись «Весёлая зарядка», «Танец маленьких утят».

Утро:

Утренняя гимнастика: музыкальная «Весёлая зарядка».

*Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна.*

*От лени и болезни спасает нас она.*

Наблюдение за мытьём рук.

Цель: совершенствовать навыки мытья рук с мылом.

Игра «Здравствуй»

Дети встают в круг и поочерёдно пропевают фразу, называя имя ребёнка, которому передают мяч: «Здравствуй, Саша!» и т.д.

ООД:

1. Музыка
2. Комплексное (Познавательное развитие + Художественно- эстетическое развитие – Рисование) тема : «Здоровое питание».

Цель: уточнить знания детей о витаминах, об их пользе, для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах и фруктах; о полезных продуктах и их значимость для здоровья человека; закреплять навыки рисования любимых полезных продуктов.

Д/игра «Полезно- неполезно»; Д/И «Приготовь салат».

Цель: закрепить знания детей о полезных и неполезных продуктах питания; развивать внимание, память, воспитывать желание быть здоровым.

Зрительная гимнастика (мультимедийные средства)

С/И Магазин «Овощи и фрукты».

Цель: закреплять названия овощей и фруктов и их пользе для здоровья человека; продолжать учить детей развивать многоперсонажные сюжеты, поощрять к импровизации, смене и совмещению ролей, воспитывать дружеские взаимоотношения.

Прогулка

1.Наблюдение за деревьями. Беседа о воздухе.

Цель: дать детям элементарные представления об источниках загрязнения воздуха, о значении чистого воздуха для здоровья человека; о функции деревьев для очищения воздуха.

1. С/р игра « Мы спортсмены»
2. Спортивные упражнения:

- «Кто быстрее добежит до кегли»

- «Прыжки на правой и левой ноге с мячом в руках»

- « Прокатывание мяча между кубиками»

п/и «Третий лишний»

игра малой подвижности «Холодно – горячо».

1. Труд – уборка на участке листьев.

Вечер:

Гимнастика пробуждения

( дети на кроватях)

*Чтоб совсем проснуться – нужно потянуться*

*Чтоб расти нам сильными, ловкими и смелыми*

*Ежедневно после сна мы зарядку делаем.*

*( сидя на кроватях)*

*К солнцу руки поднимаем*

*(дети стоят на ковре)*

*Дружно весело шагаем, приседаем и встаём, и ничуть не устаём.*

Водные процедуры: умывание и мытьё рук по локоть холодной водой.

Беседа: «Правила личной гигиены»

Цель: закрепить последовательность действий при умывании и знаний о назначении предметов туалета, воспитывать желание быть чистым и аккуратным, развивать диалогическую речь, продолжать учить доброжелательному общению друг с другом и со взрослыми.

Ход беседы:

Воспитатель читает стихотворения о грязнулях и опрятных детях. Дети рассматривают иллюстрации – чистюля и грязнуля.

Воспитатель: Ну-ка, ребята, дайте мне ответ, есть среди вас грязнули или нет? Скажите мне, какие места на вашем теле пачкаются больше всего?

Вы знаете: для того чтобы смыть грязь и привести себя в порядок, нужны специальные предметы. Какие – вы вспомните, когда отгадаете загадки.

*1.Хожу, брожу не по лесам, а по усам, да волосам, и зубы у меня длинней, чем у волков и у мышей (расчёска).*

*2. Дождик тёплый и густой, этот дождик не простой. Он без туч, без облаков, целый день идти готов (душ).*

*3. Ускользает, как живое, но не выпущу его я. Белой пеной пенится, руки мыть не ленится (мыло).*

А теперь давайте потанцуем.

*Музыкальная физкультминутка « Танец маленьких утят».*

Беседа по ЗОЖ: «Чистота - залог здоровья» ( конспект прилагается).