



ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

*МБДОУ детский сад «Солнышко»
средняя группа «Тномики»*

*Воспитатель 1 кв. категории
Е.К.Зеленина*

День здоровья

это форма активного отдыха детей, когда отменяются все виды занятий, режим наполняется разными играми, развлечениями, увеличивается время пребывания детей на свежем воздухе (в зависимости от сезона и погодных условий).





*11 января – 2017 г.
тема дня: «Будем здоровы!»*

Цель:

*Формирование интереса,
эмоционально положительного
отношения к здоровому образу жизни,
укрепление физического и
психического здоровья воспитанников.*

*Развивать интерес к занятиям
спортом и играм с физической
активностью.*

I – ПОЛОВИНА ДНЯ

Образовательная область	Мероприятие
РР ФР ПР/РР ПР ФР СК ФР	• Прием детей. Сообщение темы дня • Беседа «Что такое здоровье?» • Утренняя гимнастика под музыку с погремушками • Рассматривание иллюстраций «Виды спорта» • Гигиенические процедуры • «Богатырский» завтрак • Экскурсия в медицинский кабинет • Игровое упражнение с лентами • СРИ «Больница» • Гигиенические процедуры • Фруктовый завтрак • Спортивный досуг «В гости к Дедушке Морозу» • Профилактическая процедура: полоскание горла отваром ромашки



I – ПОЛОВИНА ДНЯ

Образовательная область	Мероприятие
ПР СК	• Наблюдение за птицами • Труд: - очистка кормушек от снега - подкормка птиц - расчистка веранды от снега
ФР ФР ФР	• П/И «Два Мороза» • М/П/И «Мы хлопаем руками...» • Самостоятельная игровая деятельность детей с выносным материалом • Возвращение с прогулки
РР	• Пальчиковая игра «Кормушка» • Гигиенические процедуры • Обед • Гигиенические процедуры • Сон



II – ПОЛОВИНА ДНЯ

Образовательная область	Мероприятие
ФР	- Оздоровительные мероприятия после сна: - бодрящая гимнастика - босохождение по «дорожке здоровья» - массаж стоп - воздушные ванны - Гигиенические процедуры - Полдник
ПР	Д/И «Загадки-отгадки» (тема: «Овощи»)
ФР	Двигательная деятельность детей в спортивном зале «Юные спортсмены»
РР	Ситуативный разговор по пословице: «Здоровье – дорожке золота»
СК	Подведение итогов дня

Беседа «Что такое здоровье?»

Цель: Закрепить понятие здоровье; Расширить знания детей о профилактических мерах по предупреждению заболеваний, травм;





Утренняя гимнастика

Комплекс ОРУ с погремушками.

Цель: Создать у детей хорошее настроение; поднять мышечный тонус; воспитывать привычку здорового образа жизни.



Утренняя гимнастика



Рассматривание иллюстраций «Виды спорта»

Цель: Уточнить представления детей о разных видах спорта, о том для чего люди занимаются спортом и физкультурой. Различать зимние и летние виды спорта.



«Богатырский завтрак»



Цель:

Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: брать пищу понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, пользоваться салфеткой.

Экскурсия в медицинский кабинет



Цель: Познакомить детей с работой медицинской сестры;
Расширять словарь детей :
медицинская сестра,
медицинские инструменты,
закаливание, весы, ростомер,
лекарства.



Игровое упражнение с лентами

Цель: Учить детей выполнять разнообразные движения с лентами, упражнять в ходьбе, беге с лентами.



Сюжетно - ролевая игра «Больница»



Цель: Развивать у детей умение самостоятельно развивать сюжет игры «Больница», на основе полученных впечатлений;

Продолжать учить выполнять различные роли в соответствии с сюжетом игры, используя атрибуты, формировать умение договариваться.

Воспитывать чувство ответственности, дружелюбия, уважение к профессии врача.

«Фруктовый завтрак»



Цель: Воспитывать у детей желание употреблять в пищу полезные продукты.



Спортивный досуг

«В гости к Дедушке Морозу»



Цель: Создать условия для эмоционального отдыха детей во время зимних каникул, снятие психического напряжения;

Развивать физические качества: ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве;

Воспитывать доброжелательное отношение к соперникам, выдержку.





Спортивный досуг

«В гости к Дедушке Морозу»

Музыкально – ритмическое упражнение

«Елочки-пенечки»

Цель: Формировать умение двигаться под музыку, передавая ее ритм;

Аттракцион «Кто быстрее оденется?»

Цель: Совершенствовать умение одеваться в правильной последовательности. Развивать быстроту и ловкость.





Спортивный досуг

«В гости к Дедушке Морозу»

Эстафета «Прыжки на фитбол - мячах»

Цель: Выполнять прыжки, сохраняя равновесие.

Эстафета «Шайбу в ворота!»

Цель: Развивать точность, глазомер, быстроту при ведении шайбы между предметами.



Спортивный досуг «В гости к Дедушке Морозу»



«С наградами от Деда Мороза!»

Профилактическая процедура

Полоскание горла отваром ромашки



Прогулка

Труд: очистка кормушек от снега,
подкормка птиц

Цель: Воспитывать трудолюбие, желание
заботиться о птицах в зимний период.



Прогулка

Самостоятельная деятельность детей
на участке с выносным материалом

Цель: Продолжать учить детей играть
самостоятельно, взаимодействовать в
коллективе, уступать друг другу.



Прогулка

Труд: Расчистка веранды от снега

Цель: Продолжать учить детей правильно пользоваться метелкой.

М/П/И «Мы хлопаем руками...»

Цель: Упражнять детей в прыжках на месте на двух ногах, учить выполнять движения в соответствии с текстом.



Пальчиковая игра «Кормушка»

Цель: Развитие мелкой моторики рук.





Оздоровительные мероприятия после сна

Бодрящая гимнастика «Кошечка»



Цель:

Активизировать
детей после сна;
Настроить детей
на активную
рабочую
деятельность.

Оздоровительные мероприятия после сна

Босохождение по «дорожке здоровья»

Цель:

Профилактика
плоскостопия.



Оздоровительные мероприятия после сна

Массаж стоп

Цель:

Профилактика плоскостопия.



Д/И «Загадки – отгадки» (овощи)

Цель: Продолжать учить детей составлять описательный рассказ о предмете (овоще), не называя его.



Двигательная деятельность детей во II половине дня

«Юные спортсмены»

Общеразвивающие упражнения с гантелями



«Юные спортсмены»



Ходьба по ребристой дорожке

Цель: сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по дорожке.

Прыжки из обруча в обруч

Цель: продолжать учить детей принимать правильное исходное положение в прыжках на двух ногах из обруча в обруч.



«Юные спортсмены»

Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков скамейки

Цель: продолжать учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе;

Лазанье под дугу, не касаясь руками пола, в группировке

Цель: продолжать учить детей принимать правильное исходное положение.



Двигательная деятельность детей во II половине дня

«Юные спортсмены»

П/И «УДОЧКА»

Цель:

Продолжать формировать умение подпрыгивать на двух ногах, развивать внимание, ловкость, умение быстро ориентироваться.



Ситуативный разговор по пословице «Здоровье – дороже золота»

Цель: учить детей объяснять смысл пословицы; развивать рассуждение и диалогическую речь.



*ЖЕЛАЮ ВСЕМ
КРЕПКОГО ЗДОРОВЬЯ*

*И
СПАСИБО
ЗА*

ВНИМАНИЕ!

