

День здоровья
в группе
№9 «Мишутка»

Воспитатель: Сулейманова Ф.Х

Сургут. 2024г.

1 половина дня:

Приём детей. Детей встречает кукла «**Витаминка**», которая пришла узнать о здоровье детей и посмотреть, чем дети занимаются в детском саду и как укрепляют своё здоровье.

Игровое упражнение «*Мячик-попрыгунчик веселит детей*»

Цель: поднять детям настроение; развивать ловкость; учить ловить мяч.

Пальчиковая гимнастика «*Засолка капусты*»

Мы капусту рубим, (*движения прямыми кистями вверх-вниз*).

Мы морковку трем (*пальцы обеих рук сжаты в кулачки, движение кулаков к себе и от себя*).

Мы капусту солим, (*имитировать посыпание солью из щепотки*).

Мы капусту жмем. (*интенсивно сжимать и разжимать пальцы на обеих руках*).

Д/И «*Веселые шнурки*»

Цель: развивать мелкую моторику рук, внимание, мышление; знакомить с цветом; совершенствовать действия, связанные со шнуровкой.

Утренняя гимнастика комплекс № 1 «*Быстрые лошадки*»

Хороводная игра «*Пузырь*»

Цель. Закрепление умения становится в круг, постепенно расширять и сужать его.

Занятие

Тема: «Витамины я люблю и здоровым быть хочу»

Цель: Формирование элементарных понятий о здоровом образе жизни у детей.

Задачи: Расширять понятие о витаминах, познакомится с полезными свойствами, в ходе занятия дети должны узнать новую потешку об овощах и обобщать понятие названия овощей.

Ход занятия

Воспитатель: Ребятки, когда я шла в детский садик, то увидела у ворот необычную, корзину, а пока ее несла все у меня из нее высыпалось, давайте посмотрим, что же в ней лежало, на полу лежат (*морковка, помидор, репа, тыква, огурец*)

Воспитатель: Что разбросано на полу? (*морковь, помидор, репка, тыква, огурец*.)

Дети: Овощи.

Воспитатель: Давайте подберем овощи с пола.

Воспитатель: поднимает овощи с пола и показывает их детям.

Воспитатель: Поочередно показывает овощи детям и рассказывает, какой они формы и цвета? Все складывает в корзинку.

Когда все овощи собраны в корзину, воспитатель предлагает детям проговорить потешку.

Мы в корзину сложим ловко

Тыкву, репку и морковку,

Помидоры, огурцы,

Вот какие молодцы!

Воспитатель: Овощи содержат много витаминов, которые укрепляют наш организм и ему легче бороться с болезнями, а когда он здоровый и крепкий, то не какие микробы ему не страшны. А перед тем, как съесть овощи их надо обязательно тщательно помыть?

Воспитатель: Кто это к нам стучится? Давайте отгадаем загадку, кто же это.

Он любитель грызть морковку.
Ест капусту очень ловко.
Скачет он то тут, то там.
По полям и по лесам.
Серый, белый и косой.
Кто, скажите, он такой?

Дети: заяц.

Воспитатель: Зайка, а что ты такой грустный?

Зайчик: Я потерял свою корзинку, когда убежал от волка, в которой нес угощение для своих зайчат, они теперь расстроятся и не когда не узнают, что было в корзине, и чем я хотел их угостить, а также как это полезно и вкусно.

Воспитатель: Не расстраивайся зайка, твою корзину мы нашли, и мы с ребятами расскажем тебе, как называются овощи и как они полезны для детского организма.

Зайка: Радуетесь ответам ребят и благодарит. Большое вам спасибо за все, чему вы меня научили!

Физминутка: «*Зайка серенький сидит*»

Воспитатель: Вот какие, вы молодцы, ну а теперь попрощаемся с зайчиком.

Прощаются с зайчиком.

2 половина дня:

Гимнастика после сна

I. В кроватках

1. «*Потягушечки*»

Потягунушки, потягунушки!

Поперек толстунушки

А в ножки ходунушки

А в ручки хватунушки

А в роток говорок

А в головку разумок»

2. «*Мы себя любим*»

– руки в стороны;

– руки скрестно на груди.

3. Нарядили ножки

В новые сапожки. (*поднимание ног, поглаживание голено-стопной части*).

II. Возле кроваток

Маленькие ножки

Шагают по дорожке.

Топ – топ, топ – топ.

III. Ходьба по дорожке «Здоровья»

(*коррекционная дорожка: резиновые коврики, пуговицы*)

Закаливающая процедура-умывание прохладной водой по мотивам потешки «*Зайка серый умывался*» Цель. Побуждать детей выполнять действия согласно тексту.

IV. П/и «*Бегите ко мне*».

После полдника

Чтение худ. литературы К. Чуковского «*Мойдодыр*»

Цель. Воспитываем бережное отношение к здоровью через чтение детской литературы.

Полоса препятствий

«Перешагни через шнуры»

«Подлезание под дугу на четвереньках»

Цель: Формировать у детей умение перешагивать, ползать на четвереньках; приучать их действовать по сигналу воспитателя.

Дидактическая игра *«Части тела, эмоции»*

Цель: формировать умение соотносить предмет с его словесным обозначением; формировать словарь по теме; обучать ориентировке в схеме собственного тела; учить различать понятия *«девочка-мальчик»*; формировать грамматический строй речи; развивать речеслуховое внимание; продолжать учить выполнять действие по словесной инструкции.

Кукла *«Витаминка»* благодарит детей за проведённый день и дарит детям мыльные пузыри.

П/И *«Мыльные пузыри»*.

Воспитатель пускает мыльные пузыри и предлагает детям поймать их.