|  |  |
| --- | --- |
| **19 мая - день Здоровья**  Тема дня  **«Режим дня»**  **Цель:** знакомство с режимом дня и раскрытие его значения в жизни человека. **Задачи:** раскрыть важность каждого режимного момента для здоровья детей; совершенствовать двигательные навыки, ловкость, координацию, внимание, скорость; развивать творческий потенциал, воображение; познакомить со стихотворением С. Михалкова «Мимоза»; формировать культуру здорового образа жизни; воспитывать дружелюбие, взаимовыручку, умение слушать других. | **Беседа - Для чего нужен режим Дня?**  **Рассматривание иллюстраций :** режим дня  **Чтение стихотворение С. Михалкова** **«Мимоза»** история про одного мальчика - вырастет ли он здоровым, сильным и веселым человеком?  **Физическая культура:  Утренняя гимнастика** « Мы сейчас в поход выходим, по тропинке в лес заходим, руки за спину кладем, друг за дружкою идем».  «Вот предстал овраг преградой перейти его нам надо. Руки в стороны разводим, смело к бревнышку подходим». «Все в затылок подравнялись, на носки быстро поднялись, на бревно тихо взошли — вот овраг и перешли». «Мы в затылок подравнялись, на носочки приподнялись, на мосток-другой взошли – вот и речку перешли». «По тропинке вновь шагаем, вдруг ручей в пути встречаем, неужели поворот? Нет, пройдем речушку вброд». «Дружно на берег крутой забираемся гурьбой. Перешли на четвереньках и спустились по ступенькам». «Посмотри-ка, погляди-ка: Ах, какая земляника! Мы по ягоды идем, дружно ягоды берем. Ниже, ниже приседай, а теперь скорей вставай!» «Снова вышли на дорожку, постояли тут немножко, повернулись все кругом и пустили все бегом». Равномерный бег. Затем упражнения на восстановление дыхания (дыхательная гимнастика): дети сдувают одуванчики, вдыхают аромат цветов.  **Коммуникация**  В стране «Режим дня» очень не любят лентяев и предлагают нам навести порядок. Посмотрите: все карточки ветром разнесло , давайте их разложим по порядку. Выкладывание карточек «Режим дня» в правильном порядке с проговариванием. Воспитатель: -В стране «Режим дня» говорят: «Солнце воздух и вода – наши лучшие друзья». Как вы думаете, почему? Дети: -Солнце, воздух и вода помогают укреплять наше здоровье.  **Прогулка- разминка**  • «Вырастем большими». – Мы становимся все выше, достаем руками крыши. На два счета поднялись, три-четыре – руки вниз.  • «Клен». – Ветер клен качает, вправо влево наклоняет. Раз – наклон, и два – наклон, зашумел листвою клен. (Руки за головой) • «Лесорубы» - лесорубами мы стали, топоры мы в руки взяли. И руками сделав взмах, по полену сильно – бах! • «Ванька-встанька» - Ванька-встанька! Приседай-ка! Приседай-ка! Непослушный ты какой, нам не справиться с тобой! • «Зайчик» - зайчик быстро скачет в поле, очень весело на воле. Подражаем мы зайчишке, непоседы-ребятишки.  **Рисование:** Прогулки на свежем воздухе – обязательная часть режима дня здорового человека. Но, чтобы прогулка доставляла удовольствие, надо правильно одеться. Предлагаю вам  одеть куклу для сегодняшней прогулки. (Дети обводят силуэт бумажной куклы и дорисовывают ей одежду ). Рассматривание работ и обсуждение.  **Игра: «** **Солнце, воздух, вода».** Солнце – садимся на ковер, подставляем личики солнышку, воздух – встаем на ноги, тянем руки вверх, вода – ходим по группе, имитируя руками плавательные движения. (Воспитатель называет команды в разной последовательности)  ***П\Игра “К своим флажкам”,«Ловишки».***  **Словесная игра- «Мы»**  **Настольная игра «Режим дня».** |

Цель: Формировать у дошкольников основ здорового образа жизни, потребность в ежедневной двигательной активности.

Увлекать детей спортивными играми, физкультурой, укреплять их физическое здоровье. Закрепить физические умения и навыки, полученные ранее.

День здоровья посвящен физкультурно-оздоровительной работе, формированию у детей способности к выработке потребности в ЗОЖ.

Прогулки, утренняя гимнастика (проводится ежедневно)

В течение дня проводятся [артикуляционные](http://pandia.ru/text/category/artikulyatciya/) гимнастики, пальчиковые гимнастики, гимнастики для глаз, гимнастика после сна, закаливающие процедуры

***Девиз Дня:* «** **Солнце, воздух, вода наши лучшие друзья».**

