**День Здоровья**



**План проведения Дня здоровья**

**в подготовительной к школе группе**

***Утренний прием***

1. Зайди в группу через лабиринт (на пути ребенка создано препятствие: пролезть под дугу, пройтипо «кочкам», перепрыгнуть через «пропасть» и т.п.).
2. Зарядка для ума— отгадывание загадок о частях тела.
3. Свободная деятельность детей.

***Утренняя прогулка***   
1. Ритуальное приветствие в кругу — эмоциональное общение.

2***.*** Подвижные игры, по желанию детей.   
3. Решение проблемной ситуации: «Если ты порезался или поцарапался на прогулке, а взрослых рядом нет, как оказать себе первую медицинскую помощь?»   
4. Разыскивание с детьми подорожника на территории ДОУ, рассказ воспитателя о подорожнике.5. Свободная деятельность детей.

***Зарядка «Спасатели»***   
1. Предварительная беседа о спасателях.   
2. Какие упражнения надо выполнять спасателям,чтобы быть сильными? Кто покажет эти упражнения?   
3. Выполнение комплекса.   
4. Возвращение о группу.   
5. Проблемная ситуацияна провокацию культурно-гигиенических навыков: «Я не буду мыть руки после прогулки, что произойдет?»

***Завтрак*** Дежурные сообщают меню и рассказывают о пользе данных блюд для здоровья.

***Занятия***1. Познавательное занятие «Одежда человека».   
Цель: познакомить ребенка с влиянием одежды на его здоровье.   
2. Спортивное соревнование «Веселье старты».

***Прогулка***1. Наблюдение за погодой и соответствие одежды детей и погоды.  
2. Эксперимент: если человек оказался на необитаемом острове, то как ему спрятаться от дождя? *(Использование* *песка в песочнице и**построение модели необитаемого острова.)*3. Закрепление ОВД.   
4. Свободная деятельность детей.   
5. Сюжетно-ролевая игра «Модельеры» — конструирование летней одежа для детей.   
6. Индивидуальная работа — упражнения наформирование правильной осанки.   
7. Подвижные игры.   
8. Трудовая деятельность — поможем малышам заполнить песочницу.

***Обед***  Воспитатель рассказывает о витаминах, которые содержатся в блюдах.

***Сон***  Рассказ воспитателя отом, для чего нужен сон человеку.

1. Разминка после сна.
2. Игры малой подвижности.

***Полдник***1. Чтение художественной литературы вызывающей желание вести здоровый образ жизни,   
2. Беседа с детьми о том, кто занимается в семье спортом.  
3. Рассматривание иллюстраций о спорте.

***Вечерняя прогулка***   
1. Подвижные игры.   
3. Свободная деятельность детей.   
**3.** Сюжетно-ролевая игра «Спасатели».   
4. Разучивание народных игр с детьми и родителями**.**