**Муниципальное   бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад «Звездочка» г. Зернограда Ростовской области**

***«ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»***

***(средняя группа)***

***Подготовили воспитатели:****Антонова А.А., Глушко Е.В.*

***Учитель-логопед:****Проскурина И.А.*

**2019 г.**

**«ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»**

**(средняя группа)**

**Цель:** формирование навыков ЗОЖ.

**Задачи:**

* учить детей различать витаминосодержащие продукты;
* объяснить детям, как витамины влияют на организм человека, об их пользе и значении витаминов для здоровья человека;
* помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания - еда должна быть не только вкусной, но и полезной;
* развивать внимание, мышление, воображение, активный и пассивный словарь;
* воспитать у детей желание заботиться о своем здоровье.

**Оборудование:** иллюстрации: овощей, фруктов; полезные и вредные продукты питания; корзина, фрукты, атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Больница», игрушка Маша и Медведь.

**Ход**

**Ведущий:** Ребята! Сегодня у нас День здоровья. Весь день мы будем с вами играть в весёлые игры.

**Игра-упражнение «У всех своя зарядка»**

Раз присядка, два – прыжок,

И опять присядка,

А потом опять прыжок –

Заячья зарядка!

Покажите, как? (*Дети показывают движения)*

Птичка скачет, словно пляшет,

Птичка крылышками машет

И взлетает без оглядки –

Это птичкина зарядка!

Покажите, как? (*Дети показывают движения)*

А щенята, как проснутся,

Очень любят потянуться.

Обязательно зевнут,

Ловко хвостиком махнут.

Как? (*Дети показывают движения)*

А котята спинки выгнут

И не слышно с места прыгнут.

Перед тем, как прогуляться,

Начинают умываться.

Как? *(Дети показывают движения)*

Ну, а мишка косолапый

Широко разводит лапы:

То одну, то обе вместе,

Долго топчется на месте.

А когда зарядки мало,

Начинает все сначала!

Как? (*Дети показывают движения)*

**Ведущий**: Посмотрите, кто к нам пришёл? Вы узнали кто это? Это Маша из мультфильма «Маша и Медведь».

**Маша:** А вы не видели Мишку? Я пришла к нему в гости.

**Ведущий:** А мы сейчас тоже посмотрим, что происходит в домике.

*Мишка  лежит на лавке укрытый одеялом и стонет.*

**Маша:** Мишка пойдем гулять, мы с ребятами пришли к тебе в гости.

**Мишка**: Мне плохо, я не хочу гулять.

*Маша осматривает Мишку и делает вывод, что он заболел.*

**Ведущий:** Ребята, наш мишка заболел. Посмотрите — он лежит, у него температура, болит горло. Маша зовет его гулять вместе с вами, а он не хочет. Как ему помочь?

**Ответы детей.**

*На столе лежат предметы для медицинского осмотра*

**Маша:** Ребята у меня на столе разложены разные предметы.  Какие из них  помогут мне вылечить мишку?

**Ведущий:** Внимательно посмотрите на эти предметы и подумайте.

**Маша:** А теперь я буду приглашать помощников.  (Маша приглашает детей индивидуально) Расскажи, как то, что ты выбрал, может помочь вылечить больного.

**Ответы детей**

**Ведущий:** А еще, чтобы быть здоровым нужно кушать витамины. Витаминов много, например, одни нужны для зрения, другие способствует хорошей работе сердца, а также делают наши ноги и руки крепкими.

Как вы думаете, что будет с человеком, если питаться одними сладостями?

**Ответы детей**

**Маша:** Мы с вами правильно полечили мишку, но он еще не совсем поправился. Давайте попробуем сказать ему ласковые  и добрые слова. От таких слов наш мишка обязательно поправится.

*Мишка после каждого сказанного доброго слова демонстрирует свое выздоровление.*

**Воспитатель**: Предлагаю поиграть в игру «Это я, это я, это все мои друзья!»

Если в стихотворении говорится про вас, то хором отвечайте: «Это я, это

я, это все мои друзья!». А если нет - молчите.

**Воспитатель**: Кто из вас всегда готов

Жизнь прожить без докторов?

**Дети.** Это я, это я, это все мои друзья.

Воспитатель: Кто не хочет быть здоровым,

Бодрым, стройным и веселым?

**Дети** молчат.

**Воспитатель:** Кто из вас не ходит хмурый,

Любит спорт и физкультуру?

**Дети.** Это я, это я, это все мои друзья.

**Воспитатель**: Кто мороза не боится,

На коньках летит, как птица?

**Дети**. Это я, это я, это все мои друзья.

**Воспитатель**: Кто же любит помидоры,

Фрукты, овощи, лимоны?

**Дети.** Это я, это я, это все мои друзья.

**Воспитатель:** Кто поел - и чистит зубки

Ежедневно дважды в сутки?

**Дети.** Это я, это я, это все мои друзья.

**Воспитатель**: Кто из вас, из малышей,

Ходит грязный до ушей?

**Дети** молчат.

**Воспитатель:** Кто согласно распорядку

Выполняет физзарядку?

**Дети.** Это я, это я, это все мои друзья.

**Воспитатель:** Кто, хочу у вас узнать,

Любит петь и танцевать?

**Дети**. Это я, это я, это все мои друзья.

**Мишка:** Ребята, спасибо вам. Я поправился, и хочу с вами поиграть.

**Подвижная игра «Медведь»**

*Дети становятся в круг. Медведь встает в центр круга и закрывает глаза. Дети, взявшись за руки, хором произносят слова и выполняют движения в соответствии с текстом.*

Как-то мы в лесу гуляли                      Х*одьба по кругу, взявшись за руки.*

И медведя повстречали.

Он под елкою лежит,

Растянулся и храпит.

Мы вокруг него ходили

Косолапого будили:

«Ну-ка, Мишенька, вставай

И быстрей нас догоняй».      *Дети разбегаются  в разные стороны, а медведь* их догоняет.

**Подвижная игра «Мы топаем ногами»**

*Дети становятся в круг на таком расстоянии друг от друга, чтобы при движении не задевать соседей. Воспитатели вместе с детьми произносят текст медленно, с расстановкой, давая детям возможность сделать то,*

*о чём говориться в стихотворении:*

Мы топаем ногами,

Мы хлопаем руками,

Киваем головой,

Мы руки поднимаем,

Мы руки опускаем,

Мы руки подаём.

*С этими словами дети дают руки друг другу, образуя круг. Далее они продолжают.*

И бегаем кругом,

И бегаем кругом.

*Через некоторое время воспитатели говоря: «Стой!» Все останавливаются. Затем игра повторяется.*

**Подвижная игра «У медведя во бору»**

*На одном конце зала проводится черта. Это опушка леса. За чертой на расстоянии 2-3 шагов очерчивается место для медведя. На противоположном конце площадки линией обозначается дом детей.*

*Медведь спит в своей берлоге, а дети идут гулять. Хором дети произносят слова:*

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру,

А медведь не спит,

И на нас рычит.

*Когда играющие произносят слова «рычит», медведь старается их поймать (коснуться). Пойманного ребёнка медведь отводит к себе в дом. Игра возобновляется. Бежать до**окончания текста не разрешается ни детям, ни медведю.*

**Подвижные игры на улице**

* **Подвижная игра «Кот и мыши»**

Дети, с помощью педагога считалкой выбирают кота, остальные дети становятся мышами. Кот «живет» в своем домике. Домики находятся напротив друг друга, на расстоянии 5 — 6 метров.

**Кот читает стихотворение, выполняя движения по тексту:**

*Я — красивый рыжий кот*

*У меня — пушистый хвост*

*Мышек очень я люблю,*

*Их ловлю, ловлю, ловлю.*

**Затем кот садится в домик, «засыпает».**

*«Мыши», сидя в домике, говорят коту:*

*Спи, усни, спи, усни.*

*Кот пушистый, спи — усни.*

*Затем, «мышки» встают и со словами «Тише, мыши, кот услышит» двигаются к домику кота.*

*Неожиданно звучит громкий удар в бубен (воспитатель), «кот» просыпается и начинает догонять «мышей». «Мыши» стараются убежать в свои домики.*

*Котом становится пойманный ребенок или выбирается как в начале игры.*

* **Подвижная игра «Самолёты»**

Дети становятся в несколько колон по разным сторонам зала. Место каждой колонны обозначается предметом (кубик, кегля, набивной мяч). Играющие изображают лётчиков. По сигналу воспитателя: «К полёту!» - дети выполняют круговые движения согнутыми руками перед грудью – «заводят моторы». На следующий сигнал: «Полетели!» - дети поднимают руки в стороны и бегают – «летают» в разных направлениях по всей площадке. По сигналу: «На посадку!» - дети-«самолёты» находят своё место (у своего кубика) и строятся в колонны.

* **Подвижная игра «Лиса и куры»**

На одной стороне площадки находится «курятник» (можно использовать гимнастические скамейки). В «курятнике» на «насесте» сидят «куры». На противоположной стороне площадки - «нора» лисы. Всё свободное место – двор. Один из играющих назначается «лисой», остальные дети - «куры». По сигналу воспитателя «куры» прыгают с насеста, бегают по двору хлопают крыльями, клюют зёрна. По сигналу воспитателя «Лиса!» - «куры» убегают. «Лиса старается поймать «кур». Не успевшую спастись «курицу» она уводит в сою нору. Игра возобновляется. Когда «Лиса» поймает 2-3 «, кур» выбирается другая «Лиса».