

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ
САД № 44 «СИБИРЯЧОК»
(МБДОУ № 44 «Сибирячок»)

ПРАКТИКО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ ПРОЕКТ

«Я РАСТУ ЗДОРОВЫМ!»

Возраст воспитанников: от 6 до 7 лет
Срок реализации проекта: с 01.04.2024 по 30.04.2024
Автор проекта: Савельева И.Д., воспитатель
(высшая квалификационная категория)

Сургут, 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. Паспорт проекта	3
2. Пояснительная записка	4
2.1. Актуальность проекта	4
2.2. Проблема	5
2.3. Новизна, направленность.....	5
2.4. Цель и задачи проекта.....	5
2.5. Практическая значимость проекта	5
2.6. Ожидаемые результаты освоения проекта.....	6
3. Этапы реализации проекта	6
3.1. Подготовительный этап.....	6
3.2. Основной этап	6
3.3. Заключительный этап.....	10
4. Приложения	11

I. ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Наименование образовательной организации: МБДОУ № 44 «Сибирячок».

Название проекта	«Я расту здоровым!»
Направленность проекта	Естественно-научная направленность
Ф.И.О. педагогов, реализующий проект	Савельева Инна Дамировна, воспитатель
Год разработки	2024
Цель проекта	Формирование представлений о здоровом образе жизни.
Задачи проекта	<i>Образовательные:</i> 1. Формировать представления об окружающей среде, о том, что полезно и что вредно для организма (питание и привычки). 2. Формировать представления о строении собственного тела, назначении органов. <i>Развивающие:</i> 1. Формировать потребности в ЗОЖ. 2. Развивать культурно-гигиенические умения и навыки. <i>Воспитательные:</i> 1. Воспитывать привычки к ежедневным физическим упражнениям, правильному питанию, соблюдению режима дня.
Ожидаемые результаты освоения проекта	1. Сформированы представления об окружающей среде, о том, что полезно и что вредно для организма (питание и привычки). 2. Сформированы представления о строении собственного тела, назначении органов. 3. Сформированы потребности в ЗОЖ. 4. Сформированы культурно-гигиенические умения и навыки. 5. Сформированы привычки к ежедневным физическим упражнениям, правильному питанию, соблюдению режима дня.
Срок реализации проекта	с 01.04.2024 по 30.04.2024 (1 месяц)

II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым»

Жан-Жак Руссо

Актуальность. От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. В последнее десятилетие во всём мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения. Экологические проблемы, различные отрицательные бытовые факторы, химические добавки в продуктах питания, некачественная вода, накапливающиеся раздражения в обществе, связанные с неудовлетворительным экономическим положением, низкая двигательная активность и физическая деятельность детей, недостаточное внимание семьи к укреплению физического и психического здоровья детей, равнодушное отношение родителей к физкультуре и спорту - факторы, агрессивно воздействующие на здоровье дошкольника.

На фоне экологической и социальной напряжённости в стране, на фоне небывалого роста болезней «цивилизации», чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении. В этот период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию здоровья, это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. Тем более что исследованиями отечественных и зарубежных учёных давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8 % зависит от успехов здравоохранения и на 50 % от образа жизни.

Первой и, я считаю, главной задачей, на которую направлен ФГОС, является «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия», а также «обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья детей». В контексте Стандарта ДО в образовательной области «Физическое развитие» в содержание Программы входит становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Согласна анализа литературных источников, существенный вклад в развитие учения о здоровом образе жизни внесли философы-материалисты эпохи Возрождения Ф. Бэкон, Б. Спиноза, Де Руа, которые понимали ЗОЖ как важнейшее условие для создания качественно нового социума. Труды Локка и Руссо указывали на необходимость создания общедоступных школ, в которых физическое воспитание было бы на первом месте. Целесообразно выделить разные направления изучения явления здорового образа жизни: философско-мировоззренческий аспект, у истоков которого стоял Платон, медико-профилактический (Гиппократ), семейно-бытовой

(А.А. Остроумов), социально-экономический (Д.И. Писарев), медико-педагогический (Н.И. Пирогов), физкультурно-педагогический (П.Ф. Лесгафт), которые важной задачей в рамках комплексно-системного подхода к развитию ребенка рассматривали заботу о здоровье обучаемых.

Актуальность данного направления работы и обусловила выбор тематики разработанного естественно-научного проекта «Я расту здоровым».

Проект ориентирован в конечном итоге на решение одной главной **проблемы** – правильное отношение воспитанников к своему здоровью. И решение этой проблемы нужно начинать с дошкольного возраста.

Направленность: естественно-научная направленность.

Новизна данного проекта заключается:

- во включении в себя экспериментальной деятельности, способствующей формированию у дошкольников и их родителей (законных представителей) знаний по здоровьесбережению;
- в использовании информационно-компьютерных технологий, обеспечивающих эффективность воспитательного процесса, личную включенность детей и их родителей в жизнь ДОУ;
- в использовании инновационных технологий в работе с воспитанниками по овладению базовыми знаниями по здоровьесбережению в процессе осуществления проектной деятельности.

Цель: формирование представлений о здоровом образе жизни.

Задачи:

Образовательные:

1. Формировать представления об окружающей среде, о том, что полезно и что вредно для организма (питание и привычки).
2. Формировать представления о строении собственного тела, назначении органов.

Развивающие:

1. Формировать потребности в ЗОЖ.
2. Развивать культурно-гигиенические умения и навыки.

Воспитательные:

1. Воспитывать привычки к ежедневным физическим упражнениям, правильному питанию, соблюдению режима дня.

Практическая значимость: данный проект направлен на формирование у детей старшего дошкольного возраста представлений о здоровом образе жизни.

Участники проекта: дети старшего дошкольного возраста от 6 лет до прекращения образовательных отношений; воспитатели; родители (законные представители).

Тип проекта: краткосрочный, практико-ориентированный проект.

Сроки реализации проекта: с 01.04.2024 по 30.04.2024 (1 месяц).

Формы организации воспитанников в ходе реализации проекта: фронтальная, подгрупповая, индивидуальная.

При организации образовательной деятельности по здоровьесбережению наиболее эффективным является метод проблемного обучения, который позволяет педагогу не только познакомить дошкольников с базовыми знаниями по

здоровьесбережению, но и развивать у детей умение самостоятельно «добывать» знания, учиться искать пути решения задач, проявлять инициативу, анализировать и делать выводы.

Проект реализуется в рамках осуществления основной образовательной программы дошкольного образования в формируемой части участниками образовательных отношений.

Для создания проблемных ситуаций воспитатель использует следующие методические приёмы:

- ✓ подведение дошкольников к противоречию и предложению самостоятельно найти способ его разрешения;
- ✓ высказывание различных точек зрения на один и то же вопрос;
- ✓ предложение рассмотреть явление с различных позиций («две стороны медали»);
- ✓ побуждение детей к сравнению, обобщению, выводам из ситуации, сопоставлению фактов;
- ✓ технологии: технология игрового обучения; проблемно-игровая ситуация; личностно-ориентированная технология.

Ожидаемые результаты освоения проекта (целевые ориентиры)

1. Сформированы представления об окружающей среде, о том, что полезно и что вредно для организма (питание и привычки).
2. Сформированы представления о строении собственного тела, назначении органов.
3. Сформированы потребности в ЗОЖ.
4. Сформированы культурно-гигиенические умения и навыки.
5. Сформированы привычки к ежедневным физическим упражнениям, правильному питанию, соблюдению режима дня.

Этапы реализации проекта

I Подготовительный этап.

Цель: Изучение объема знаний у дошкольников по вопросу здорового образа жизни и отношение родителей к вопросам здоровьесбережения.

1. Постановка проблемы перед детьми старшего дошкольного возраста: «Что такое здоровье?»
2. Подбор презентаций, видеороликов, мультфильмов по ЗОЖ.
3. Создание обогащённой развивающей предметно-пространственной среды группы: (подбор детской и методической литературы, наглядного материала, игр, информации через интернет; картотек дидактических игр и конспекты занятий по здоровьесбережению; создание игровых ситуаций; электронный кейс с презентациями и т. д).
4. Анкета для родителей «Условия здорового образа жизни в семье».
5. Организация выставки книг, журналов по теме здоровьесбережения.

II Основной этап.

Цель: Формирование у детей понятия о здоровом образе жизни. Закрепление знаний о культуре гигиены и осознанного подхода к своему питанию.

Неделя	Совместная деятельность педагога с детьми	Взаимодействие с семьей
1 неделя Почему я расту?	Утренняя гимнастика «Если хочешь быть здоров» Занятие «Где прячется здоровье» (приложение 1) Пословицы и поговорки о здоровье Презентация «Как устроен человек» Беседы «Я и моё тело», «Здоровье и болезнь», «Что такое осанка» Беседы «Почему я слышу, вижу, чувствую запахи», соблюдение правил безопасности Рассматривание плаката «Строение тела человека», иллюстраций о закаливании, картинок «Мое тело» Решение проблемной ситуации «Как узнать, что я расту» Рассматривание фотографий детей «Тут мне год, тут 3 года, здесь 5 лет» Измерение роста и веса детей. Чтение детской энциклопедии здоровья «Расти здоровым» Чтение стихотворений, отгадывание загадок о частях тела Дыхательная гимнастика «Вырасту большой» Самомассаж «Лепим лицо» Пальчиковая гимнастика «Моем руки чисто-чисто» Дидактическая игра «Узнай по описанию», «Предметы личной гигиены», «Небылицы от Незнайки» Совместная игра «Как я помогаю маме» Сюжетно-ролевая игра «Больница»	Родительское собрание «Семья – здоровый образ жизни» Оформление стенгазеты из фотографий семейного альбома «Здоровье и мой ребенок»

2 неделя Разве бывают продукты не полезны?	Утренняя гимнастика «Во саду ли в огороде» Занятие «Путешествие в страну «Витаминию» (приложение 2) Занятие «Овощи и фрукты – полезные продукты» (нетрадиционное рисование) (приложение 3) Пословицы и поговорки о питании Беседа «Витамины», «Какое питание нужно считать здоровым» Решение проблемной ситуации «Я хочу кушать. Что купить мне в магазине?» Решение проблемной ситуации «Давайте приготовим салат» Решение проблемной ситуации «Как люди в старину справлялись без лекарств?» Разучивание стихотворений, отгадывание загадок об овощах и фруктах, викторины П/и – эстафета «Витаминная семья» Дыхательная гимнастика «Каша кипит» Пальчиковая игра «Апельсин», «Мы капусту рубим». Инсценировка по стихотворению Ю. Тувима «Овощи» Чтение Э. Успенского «Дети, которые плохо едят в детском саду», Л. Зильберг «Потому, что принимаю витамины А, В, С» Дидактические игры «Полезная и вредная еда», «Выбери себе завтрак», «Вредно – полезно», «Съедобное – несъедобное» Сюжетно-ролевая игра «Магазин»	Оформление книги сказок «Как овощи и фрукты поссорились» (Сочинить сказку «Как фрукты и овощи о своей пользе спорили», нарисовать картинку к ней) Папка-передвижка «Советы доктора Витаминкина»
3 неделя	Занятие «Полезные и вредные привычки» (рисование) (приложение 4)	Мастер-класс «Изготовление нестандартного физкультурного

Вредные привычки – какие они?	Досуг «Лучшее лечение – игры и развлечение» (приложение 5) Беседы «Назначение предметов личной гигиены», «О здоровье и чистоте», «Чтоб кусался зубок», «Микробы и вирусы» Чтение художественной литературы К.И. Чуковский «Айболит», «Девочка чумазная», «Мойдодыр» Пословицы и поговорки о чистоте Презентация «У здоровья есть враги, с ними дружбы не води» Мультиколлаж. Просмотр мультфильмов: «Ох и ах!», «Мойдодыр», «Федорино горе» Закаливающий массаж стоп «Поиграем с ножками» Решение проблемного вопроса «Зачем нам закаляться?» Решение проблемного вопроса «Где прячутся микробы» Д/и «Если малыш поранился», «Да здравствует мыло душистое» Викторина «Безопасность в жизни человека» Игра-эстафета «Собери мусор», П/и «Ловишки с ленточками», «Веселый шнурок» Сюжетно-ролевая игра «Аптека»	оборудования своими руками» (приложение 7) Книжка-раскладушка «Мой ребенок занимается в ФОКе» Памятка «Все о вредных привычках»
4 неделя Физкульт – УРА!	Развлечение «День здоровья» (приложение 6) Беседа о закаливании «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья». Беседа «Зимние и летние виды спорта» Рассматривание картин, книжных иллюстраций о видах спорта, спортсменах	Изготовление презентации семьи «Мы за здоровый образ жизни» Фотоконкурс «Спортивный

	Чтение худ. литературы: Е. Кан «Наша зарядка», В. Суслов «Про Юру и физкультуру», С. Михалков «Про мимозу», В. Лебедев – Кумач «Закаляйся!» Загадывание загадок о спорте и спортивном инвентаре Пословицы и поговорки о спорте Сюжетно-ролевая игра «Олимпийские игры», «Семья на отдыхе»	портрет моей семьи»
--	---	----------------------------

III Заключительный этап.

Цель: Предоставление результата реализуемого проекта в виде продуктов деятельности и сформированных потребностях детей в ЗОЖ, подвести родителей к сознанию того, что необходимо совместно с детским садом укреплять здоровье детей для снижения заболеваемости.

Результаты проекта:

Дети умеют выполнять основные культурно-гигиенические правила; понимают значимость физических упражнений для здоровья; умеют оценивать полезность продуктов и блюд в ежедневном рационе.

Продуктами проекта стали:

- Выставка рисунков «Овощи и фрукты — полезные продукты».
- Выставка рисунков «Полезные и вредные привычки»
- Презентации для детей «Как устроен человек?», «У здоровья есть враги, с ними дружбы не води», «Мы за здоровый образ жизни»
- Оформление стенгазеты из фотографий семейного альбома «Здоровье и мой ребенок»
- Фотоконкурс «Спортивный портрет моей семьи»
- Оформление книги сказок «Как овощи и фрукты поссорились»
- Книжка-раскладушка «Мой ребенок занимается в ФОКе»
- Изготовление нестандартного физкультурного оборудования своими руками

Дальнейшее развитие проекта.

Конспект занятия по ознакомлению с окружающим миром

«Где прячется здоровье»

Цель: формирование представлений детей о здоровом образе жизни.

Задачи:

1. формировать представления детей о соблюдении необходимых условий жизни каждого человека (полезная пища, чистая вода, чистый и свежий воздух, тепло, порядок и красота в окружающей обстановке, так как человек – живое существо), о зависимости здоровья человека от его двигательной активности, закаливания и чистоты тела;
2. уточнить знания о полезных свойствах воздуха с опорой на исследовательские действия;
3. развивать познавательный интерес и речь;
4. воспитывать желание заботиться о своём здоровье.

Оборудование и материалы: мячик среднего размера; ёмкость с водой; резиновая спринцовка; картинки - иллюстрации.

Ход занятия:

Воспитатель: Здравствуйте, ребята, я доктор Здоровей-ка. (Дети здороваются). Знаете, вы ведь не просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому что вы сказали: «Здравствуйте!». Это значит – здоровья желаю. А ведь здоровья пожелать друг другу могут только люди.

В.: А что необходимо для того, чтобы люди жили на Земле?

Д.: Людям нужна пища, воздух, вода, окружающая нас природа.

В.: Правильно, ребята! Но каждый человек должен заботиться о себе, чтобы жить долго и счастливо. (Дети рассказывают на стульчики или палас).

Сегодня я хочу познакомить вас со старой легендой.

«Давным-давно на горе Олимп жили-были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным». Другой сказал: «Человек должен быть здоровым». Третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один бог сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам». И решили они спрятать главное, что есть у человека, - здоровье. Стали думать-решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А один из богов предложил: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живёт человек с давних времён, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!».

В.: Значит, здоровье, оказывается, спрятано и во мне, и в тебе, и в каждом из вас. Ребята, а вы чувствуете себя здоровыми? Что значит быть здоровым? Как вы считаете?

Д.: Надо делать зарядку, дышать свежим воздухом, есть полезные продукты.

В.: У меня есть картинки, давайте откроем первую (люди выполняют физические упражнения). Давайте подумаем, какую пользу приносят физические упражнения?

Д.: Укрепляют мышцы, закаляют организм. Дарят нам бодрое, хорошее настроение.

Прогоняют сон.

В.: А вы сами выполняете физические упражнения? Где и когда?

Д.: Мы каждое утро делаем зарядку.

В.: Ребята, давайте покажем, как мы тренируем мышцы своего тела. Выбегайте, вставайте в круг.

Ребёнок:

Бодрость духа охраняет,

Быть здоровыми велит,

Прочь болезни прогоняет –

И ангину и бронхит.

Быть весёлым и не хмурым

Нам поможет физкультура!

Ребёнок:

Поднимает рано-рано

Нас с кровати и дивана,

Быстро строит по порядку

Утром всех детей зарядка!

(Дети делают 2-3 упражнения)

В.: Кто зарядкой занимается, тот здоровья набирается. Как вы понимаете это выражение?

Д.: Это значит, что зарядка помогает быть сильным и здоровым.

В.: Какие мышцы стали у вас?

Д.: Крепкие, сильные.

В.: Значит, верно говорят: «Силушка по жилушкам огнём бежит». Ещё раз скажите мне, почему человек должен заниматься физкультурой?

Д.: Физкультура укрепляет здоровье человека.

В.: Чтоб больным не лежать, надо спорт уважать. Помните об этом, ребята. А сейчас давайте мы с вами подойдём к тазику с водой и поиграем. Я нажму на спринцовку, а вы смотрите волшебство. Как вы думаете, что это за пузыри?

Д.: Это воздух.

В.: Молодцы! Ребята, все мы знаем:

Без дыханья жизни нет,

Без дыханья меркнет свет.

Дышат птицы и цветы,

Дышим он, и я, и ты.

Давайте проверим, так ли это. Сейчас вы постараетесь глубоко вдохнуть и закрыть рот и нос ладошками. Дети глубоко вдыхают и закрывают рот и нос ладошками.

В.: Что вы почувствовали? Почему не смогли долго быть без воздуха?

Д.: Человек должен дышать, чтобы жить.

В.: Правильно. Это каждая клеточка вашего организма взбунтовалась: «Пришлите, пожалуйста, воздух, а то мы погибаем!» Давайте выполним с вами упражнение на дыхание.

Упражнения на дыхание.

1. «Погреемся». Руки развести в стороны, затем быстрыми движениями скрестить их

перед грудью, хлопнуть ладонями по плечам, произнести «у-у-х!» (3-4 раза).

2. «Задувание свечи». Нужно глубоко вздохнуть, чтобы свечку нам задуть. Сделать свободный вдох и задержать дыхание на 2-3 секунды. Сложить губы «трубочкой» и сделать три коротких резких выдоха, словно стараясь задуть горящую свечу - «фу-фу-фу» (3-4 раза).

3. «Носик». Мы немного помычим и по носу постучим. Сделать вдох носом, на выдохе протяжно тянуть звук «м-м-м», одновременно постукивая по крыльям носа указательными пальцами (3-4 раза).

В.: Скажите, пожалуйста, для чего мы должны выполнять дыхательные упражнения?

Д.: Чтобы наш организм обогатился кислородом.

В.: Правильно, ребята, воздух, богатый кислородом, - это чистый, свежий воздух.

В.: Давайте посмотрим следующую картинку. Послушайте пословицу: «Мельница сильна водой, а человек едой». Почему так пословица говорит? Зачем человеку еда? Как вы считаете?

Д.: Чтобы быть здоровым, чтобы жить

В.: В магазинах продают много разных продуктов. Если бы вас мама попросила сходить в магазин, смогли бы вы выбрать полезные продукты? Давайте поиграем и узнаем, можно ли вам доверить домашнее хозяйство.

Игра «Рекламный мячик».

В.: Даёт силы мне всегда очень жирная еда.

Ребёнок: Даёт силы нам всегда витаминная еда.

В.: В мире лучшая награда – это плитка шоколада.

Ребёнок: В мире лучшая награда – это ветка винограда.

В.: Знайте, дамы, господа: «Сникерс» - лучшая еда.

Ребёнок: Будешь есть ты «Сникерс» сладкий –

Будут зубы не в порядке.

В.: Если много есть горчицы, полетишь быстрее птицы.

Ребёнок: Если много есть горчицы,

Будешь злей самой волчицы.

В.: Я собою очень горд: я купил сегодня торт.

Ребёнок: Фрукты, овощи полезней:

Защищают от болезней.

В.: В благодарность «Пепси-коле»

Самым умным будешь в школе.

Ребёнок: Вкус обманчивый порой,

Молоко пей, дорогой.

В.: От простуды и ангины помогают апельсины.

Ребёнок: Ну а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

В.: Жёлтая «Фанта» - напиток для франта.

Ребёнок: Будешь «Фанту» пить, смотри –

Растворишься изнутри.

В.: Стать здоровым мне помог

С красным кетчупом хот-дог.

Ребёнок: Будешь часто есть хот-доги –

Через год протянешь ноги.

В.: Молодцы! Обязательно скажу вашим мамам, что вы знаете и умеете выбирать полезные продукты. Ответьте мне ещё на один вопрос: какие овощи и фрукты защищают от вредных микробов? (Ответы детей). Вы совершенно правы. И пословица такая есть: «Чеснок да лук – от всех недугов». Давайте откроем следующий листок.

В.: Сейчас я хочу показать вам картинку. Рассмотрите её внимательно и скажите, чем занимается ребёнок?

Д.: Закаляется.

В.: Существует много видов закаливания, помогите мне вспомнить их.

Д.: Обливание под душем, обтирание рукавичкой, умывание прохладной водой, полоскание горла, бег в прохладном помещении, ходьба босиком по траве, песку, полу.

В.: Когда мы ходим с вами босиком, то не только закаляемся, но и массируем свои ножки. А массажировать можно любые части тела: головку, ручки, ножки и т.д. Давайте с вами выполним массаж для спинки «Погодный массаж».

Ласковое солнышко землю оглядело,
Тёплыми лучами солнышко с лучами.

Из лесов далёких ветерок летит,
Из малышки-тучки дождик моросит.

Небо потемнело. Тучка подросла,
Из широкой лейки землю полила.

Ах, какой хороший выдался денёк!
Вот журчит весёлый, чистый ручеёк.

Снова светит солнце, спинку греет нам,
Ласково смеётся людям и цветам.

Дети рисуют пальцами
на спинках друг друга

Пальчиками на спине
имитируют стук дождя.

Изображают частый
сильный дождь.

По спинке «струится»
(волнообразные движения)

Солнышко расправило
лучики - прикладывают

к спинке раскрытые ладошки.

В.: Молодцы, ребята! Как вы думаете, для чего люди закаляются?

Д.: Люди закаляются для того, чтобы научить свой организм сопротивляться вредным условиям, научить его быть сильным, а значит – выносливым и здоровым.

В.: Ребята, посмотрите, у нас остался ещё один лист, давайте его откроем. Что изображено на нём?

Д.: Девочка умывается.

В.: Правильно, последний наш лист называется «чистота». Как вы думаете, связаны ли чистота и здоровье? Почему говорят: «Чистота – залог здоровья»? (Ответы детей). Я предлагаю вспомнить правила чистоты.

Д.: Каждое утро умывайся, а вечером принимай ванну или душ.

- Зубы чисти утром и вечером.

- Следи за чистотой ногтей – подстригай их.

- Следи за чистотой ушей – мой их каждый день.

- Следи за чистотой носа, всегда имей при себе носовой платок.

- Мой руки перед едой и после каждого посещения туалета.

- Помни, что расчёска, зубная щётка, полотенце и мочалка – предметы личной гигиены.

Молодцы, я вижу, что вы много знаете о здоровье. Надеюсь, вы будите следить за своим здоровьем каждый день.

В.: Посмотрите, (смотрим в окно) солнышко улыбается, радуется за вас, потому что мы нашли, куда боги спрятали наше здоровье. Я уверена, что вы сохраните здоровье. На прощанье я хочу вам пожелать: будьте здоровы!

**Конспект занятия по ознакомлению с окружающим миром
«Путешествие в страну Витамицию»**

Цель: расширение и обогащение знаний детей о значении витаминов для здоровья человека.

Задачи:

1. формировать представление о понятиях «полезные и вредные продукты», «здоровое питание»;
2. развивать интерес, познавательную и творческую активность детей;
3. формировать активный словарь (витамины, здоровое питание); развивать диалогическую форму речи;
4. формировать доброжелательные отношения между детьми;
5. воспитывать желание помочь в трудной ситуации.

Материал: иллюстрации с изображениями различных продуктов питания, разрезные картинки с изображением овощей, фруктов и других продуктов, использование ИКТ (ноутбук, проектор, авторская презентация «Путешествие в страну Неболейку»), муляжи продуктов питания.

Предварительная работа: беседы с детьми о вредных и полезных продуктах, разгадывание загадок об овощах и фруктах, чтение художественной литературы.

Ход занятия:

- Посмотрите, ребята, у нас сегодня гости. Я прошу вас с ними поздороваться. (Дети здороваются.) А вы знаете, что наши гости, не просто поздоровались с вами, а подарили вам и друг другу частичку здоровья, ведь сказать «здравствуйте», значит пожелать здоровья.

- Вы знаете, ребята, сегодня утром я получила электронное письмо от одного сказочного героя, которого вы хорошо знаете. Он обычно очень весёлый, любознательный, любит пошалить и погулять по крышам города. Догадались, о ком я говорю? (Слайд 2.) Послушайте, что он написал (читаю письмо на слайде)

- Ну что, ребята, поможем Карлсону? (Поможем) Для этого я предлагаю вам отправиться в путешествие в страну под названием «Витаминия».

Но прежде я хочу вас спросить:

- Ребята, а вы хотите быть здоровыми? (Ответы детей)

- А вы знаете, что каждый человек сам может укрепить себе здоровье.

Есть такая поговорка: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу». Так как же можно укрепить своё здоровье? Как вы думаете? (Ответы детей)

- А что мы с вами делаем в детском саду, чтобы быть здоровыми и не болеть? (Ответы детей).

- Да, мы каждое утро делаем зарядку, гуляем на свежем воздухе, повара на кухне готовят нам вкусную здоровую пищу и полезный чай с лимоном, когда мы выходим на прогулку, Наталья Фёдоровна открывает окна, проветривает помещение, чтобы воздух был чистым. А еще мы носим чесночные бусы и делаем себе массаж.

- Давайте с вами сделаем массаж, который так и называется «Будем здоровы!» и

Карлсона тоже научим. Смотри, Карлсон, и учись быть здоровым!
Чтобы горло не болело, (поглаживаем ладонями шею).
Мы его погладим смело. (мягкими движениями, сверху вниз.)
Чтоб не кашлять, не чихать, (указательными пальцами растирают крылья носа.)
Надо носик растирать.
Лоб мы тоже разотрём, (прикладывают ко лбу ладони)
Ладоньку держим козырьком. - (и растирают движениями в стороны.)
«Вилку» пальчиками сделай (раздвигают указательный и средний пальцы и
растирают точки).
Массируй уши ты умело. - (перед и за ушами)
Знаем, знаем - да, да, да! - (потирают ладони друг о друга.)
Нам простуда не страшна.

- Ребята, а сейчас, чтобы попасть в страну Витаминию, мы должны закрыть глаза и произнести волшебные слова «Раз, два, три в страну Витаминию лети». (Слайд 3)

- Вот мы и попали в чудесную страну, где живут здоровые, весёлые человечки.

Вот вы говорили, что для здоровья необходимо правильно питаться. А что это значит? (Чтобы еда была полезной и разнообразной)

- Я открою вам секрет: чтобы быть здоровым, сильным, бороться с микробами и не поддаваться болезням, нужно кушать витамины. Витамины как солдаты охраняют наш организм от злых вредных микробов и разных болезней. У витаминов, как у каждого из вас, есть имена, они коротенькие, размером в одну букву: витамин А, витамин В, витамин С.

- А вы знаете, где живут витамины? (Ответы детей). Витамины живут в овощах, фруктах, ягодах и других полезных продуктах. В волшебной стране Витаминии они живут в разноцветных домиках и приглашают нас в гости.

- Посмотрите, вот красный домик. В нём живёт витамин «А» - витамин красоты и роста. (Слайд 4)

А живет он в оранжевых и красных овощах и фруктах. Сейчас я загадаю вам загадки, и если вы правильно их отгадаете, то вы увидите какие овощи и фрукты спрятались в красном домике.

Загадки.

В огороде вырастаю,
А когда я созреваю
Варят из меня томат
В щи кладут и так едят. (Помидор)
В огороде - желтый мяч,
Только не бежит он вскачь,
Он как полная луна,
Вкусные в нем семена. (Тыква)
Загляни в осенний сад
Чудо - Мячики висят.
Красноватый, спелый бок
Ребятишкам на зубок. (Яблоко)
Он в борще незаменим,
Кетчуп тоже дружит с ним,

Любим мы всем сердцем
Блюда с красным (Перцем)
Оранжевый спрятан корешок
Сверху виден лишь вершок.

А подцепишь ловко –

И в руках... (Морковка)

- Ребята, а вы любите есть морковку?

Помни истину простую –

Лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую,

Или пьёт морковный сок!

Чтобы наши глазки были здоровы, мы сделаем гимнастику для глаз. Для этого мы ненадолго перенесёмся на жаркий остров Чунга-Чанга

Электронная гимнастика «Чунга-Чанга» (Слайд 5)

- Ну что же ребята, продолжаем наше путешествие по Неболейке и идём в гости в синий домик, в нём живёт витамин «В» (Слайд5). Он нам необходим для того, чтобы наше сердце было здоровым, а кости крепкими. Но чтобы вы узнали, в каких продуктах живёт витамин «В», жители страны Неболейки прислали вам вот такие конверты с заданиями. Присаживайтесь за столы и откройте каждый свой конверт.

Игра «Разрезные картинки» (Дети собирают разрезные картинки и называют продукт, изображённый на них)

- Молодцы, ребята теперь вы знаете, в каких продуктах живёт витамин «В». А вот и они (Слайд. 6)

Прежде чем продолжить наше путешествие, давайте немного разомнёмся.

Физминутка «Витаминный урожай»

Вместе весело шагаем,

(шаги на месте)

Урожай мы собираем:

(шаги на месте)

Вот – свеколка, вот – морковь,

(наклоны)

Чтоб ты был всегда здоров.

(повороты туловищем)

А теперь мы в сад зайдём,

(шаги на месте)

Грушу, яблочко сорвём.

(взмахи руками вверх)

Витаминные продукты –

(прыжки вверх)

Наши овощи и фрукты.

(выброс рук вперёд)

- Ну что же, ребята, ещё один витамин ждёт нас в гости, житель зелёного домика. (Слайд 7) Он очень нужен нашему организму, чтобы он был как крепость, не подпускал злых микробов и не позволял им заразить вас болезнями. Может кто-то догадался, о каком витамине идёт речь? Я вам подскажу - он живёт во всём кислом!

Игра «Выбери картинку».

Посмотрите, на мольберте помещены картинки с изображением различных овощей и фруктов. Выберете, пожалуйста, продукт, содержащий, по вашему мнению, витамин «С».

Это лимон, апельсин, шиповник, мандарин, смородина, клубника. А еще витамин «С» есть в овощах - капусте, редисе, луке. Ну что же, давайте посмотрим на экран, какие продукты живут в зелёном домике. (На слайде7 появляются овощи и фрукты)

- Замечательно! Скажите мне, ребята, а в каком-нибудь из домиков вы встретили

мороженное, пирожное, конфеты? (Нет). Верно, витамины в этих продуктах не живут, хотя они и вкусные. Кушать их нужно в меру!

- Ой, ребята, вы слышите, что это за звук? Смотрите, жители Витаминии прислали вам ещё какое-то задание. Давайте посмотрим. (Слайд 8)

Электронная игра «Полезно или нет» (Слайд 9)

На экране интерактивной доски изображения различных продуктов (овощи, конфеты, фрукты, чипсы, молоко, газированный напиток, пирожное, яйца, торт и т. п.). Дети обводят маркером то, что полезно и зачёркивают то, что вредно, объясняя свой выбор. Ну что же, наше путешествие в страну Витаминию подходит к концу, я надеюсь, что вы теперь знаете, какие продукты полезны для здоровья, а какие нет. Чтобы наш друг, Карлсон, поскорее выздоровел и больше не болел, давайте соберём для него витаминную корзину. Каждый из вас подойдёт к столу и выберет по одному полезному продукту, положив его в корзину.

Дидактическая игра «Витаминная корзина» (с муляжами продуктов)

Рефлексия

- Молодцы, ребята! Вам понравилось наше путешествие? О чём мы сегодня говорили и что нового вы узнали? (Ответы детей). Карлсон вас благодарит, а жители Витаминии прислали вам витаминные соки, чтобы вы тоже всегда были здоровы!

**Конспект занятия по рисованию
«Овощи и фрукты – полезные продукты»**

Цель: закрепление знаний детей о правильном питании посредством изобразительной деятельности.

Задачи:

1. уточнить понятие «витамины», закрепить знания о витаминах;
2. упражнять в умении рисовать фрукты и овощи нетрадиционными способами (картошкой, мятой бумагой, ватными палочками и т.д.);
3. развивать творческие способности и самостоятельность в выборе способа рисования;
4. воспитывать аккуратность в работе с красками;
5. воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

Оборудование: два домика красный и чёрный, карточки с продуктами, овощами, фруктами, буквы, гуашь, тарелочки с разными материалами для рисования (картошка, ватные палочки, сухие листья, мятая бумага, и т.д.) лист ватмана с изображением вазы для фруктов, салфетки, мелодия песни «Маленькая страна», картины с натюрмортами.

Предварительная работа: разучивание пословиц о здоровье, рассматривание иллюстраций, книг, использование дидактических игр.

Ход занятия:

Дети, посмотрите, как много у нас гостей, давайте поздороваемся. (дети здороваются)
Ребята а знаете, вы ведь не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали здравствуйте - «здоровья желаю», русская народная пословица говорит: «Здороваться не будешь здоровья не получишь», а какие пословицы о здоровье знаете вы?

- Здоровье дороже богатства.
- Ешь чеснок и лук не возьмёт недуг.
- Яблоко в день – доктор за дверь.
- В здоровом теле – здоровый дух.
- Кто любит спорт, тот здоров и бодр.
- Холода не бойся сам по пояс мойся.
- Я здоровье берегу сам себе я помогу.
- Для здоровья нам нужна витаминная еда.

За морями, за лесами есть огромная страна, строною здоровья зовётся она.

Ребята, а вы любите болеть, а любите быть здоровыми? (ответы детей)

А вы хотите отправиться в страну Здоровья?

В стране чудесной той ребята, зовут себя все - докторята.

Массаж, зарядку по утрам все делают, не ленятся,

С такими детками болезнь всегда боится встретиться.

Дети, чтобы попасть в страну здоровья нужно выполнить несколько заданий и ответить на вопросы:

1. «Что такое здоровье?»

Ответы детей: когда не болеешь, ешь полезные продукты,
Здоровье - это сила, ум и красота.

Здоровье - это самое большое богатство.

Здоровье - это то, что нужно беречь.

Здоровье нужно всем и детям, и взрослым, и даже животным.

Здоровье - это счастье!

Здоровье - это когда ты весел и все у тебя получается.

2. «Как нужно заботиться о своем здоровье?»

Ответы детей: не есть вредную пищу-чипсы, конфеты, копчёное, жареное, сильно солёное, жирное, не пить холодную воду, лимонад, делать зарядку, закаляться, заниматься физкультурой и спортом, есть много овощей, фруктов, умываться с мылом и купаться в море, речке, бассейне.

Отправляемся вперёд – много нас открытий ждёт.

Мы шагаем друг за другом

Лесом и зелёным лугом (ходьба)

На носочках мы пойдём

На тот берег перейдём.

«Вы все говорили, что для укрепления здоровья надо есть продукты, богатые полезными веществами».

Ребята наше следующее задание разобрать полезные и вредные продукты, а поможет нам в этом игра «Полезно или нет» Давайте поселим продукты в домики (дети выбирают картинки с полезными и вредными продуктами и расселяют в домики, полезные в красный, вредные в чёрный) Надя, почему ты поселила свою карточку с продуктом в красный домик? И т. д

Молодцы ребята справились с первым заданием. Дальше, дальше мы шагаем руки вверх все поднимаем, перейдём преграду вмиг и по кочкам прыг, прыг, прыг. Я открою вам секрет: чтобы быть здоровыми, сильными, бороться с микробами и не поддаваться болезням, нужно кушать витамины. У витаминов есть имена А, В, С, Д. А вы знаете где живут витамины (ответы детей- в овощах, фруктах, молочных продуктах, кашах, мясе, хлебе, яйцах)

Дети, назовите, в каких продуктах содержатся:

Витамин А очень важен для зрения и роста, он есть в моркови, сливочном масле, помидорах, яйцах, петрушке, яблоках, арбузе.

Витамин В помогает работать нашему сердцу, его можно найти в мясе, молоке, хлебе, орехи, апельсины, крупы, рыба.

Витамин С защищает наш организм от микробов и вирусов, его найдём в апельсинах, чёрной смородине, помидорах, яблоках, капусте, лимоне, луке.

Витамин Д обеспечивает нормальный рост и развитие костей находится в сливочном масле, икре, молоке, твороге, яйцах

Но кроме этих витаминов существуют и другие. Их еще очень много. Это витамин Е и другие.

Витамины бывают натуральные и искусственные.

Как вы думаете, чем они отличаются?

Натуральные витамины содержатся в натуральных продуктах, а искусственные – в таблетках

Как вы думаете, какие витамины наиболее полезны для организма: натуральные или искусственные?

(ответы детей: витамины полезны натуральные, они находятся в натуральных и

растительных продуктах)

Сейчас мы с вами поиграем в игру «Найди витамин» (расставляю кубики, раскладывая карточки с овощами, фруктами, продуктами на каждого ребёнка) нужно построиться у кубиков (домиков имени витаминов) Молодцы дети и с этим заданием справились.

Снова дружно мы пойдём в страну здоровья войдём, дышим ровно глубоко, видишь, как идти легко, а чтоб нам с вами быть здоровыми выполним несколько упражнений (массаж, дыхательная гимнастика)

1. Соединить ладони, потереть ими до нагрева.
2. Указательными пальцами нажимать на точки около ноздрей.
3. Указательными пальцами с нажимом рисуем брови.
4. Указательным и большим пальцами «лепим» уши снизу вверх.

«ДЫХАНИЕ»

Тихо-тихо мы подышим, сердце мы свое услышим.

И. п. - о. с.

1 - медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнет расширяться - прекратить вдох и сделать паузу на 4 секунды;

2 - плавный выдох через нос (два раза)

Вот мы и пришли в страну здоровья. Вы чувствуете себя здоровей (ответы детей)?

Как хорошо быть здоровыми.

Кто здоровым хочет быть,

Не болеть и не хандрить,

Пусть полюбит витамины –

В раз исчезнут все ангины!

Если хочешь быть здоров,

Позабудь про докторов.

Спортом лучше занимайся,

В речке плавай, закаляйся.

Витамины не забудь,

В них – к здоровью верный путь!

Кушать будем то, что нужно «Будь здоров» - мы крикнем дружно.

Ребята, посмотрите какие красивые картины нарисовал художник в стране здоровья, я хочу пригласить вас в школу художников. «Давайте нарисуем свою картину». Как вы думаете, что мы с вами будем рисовать (овощи, фрукты – полезные продукты).

Но сначала сделаем пальчиковую гимнастику: «Апельсин»

(Рука сжата в кулачок)

Мы делили апельсин.

Много нас, а он один!

сложенные в кулачок, начиная с большого)

Эта долька для ежа,

Эта долька для чижа,

Эта долька для утят,

Эта долька для котят,

долька для бобра,

вправо-влево)

(Крутим кулачком вправо-влево)

(Другой рукой разгибаем пальчики,

(Разгибаем указательный пальчик)

(Разгибаем средний пальчик)

(Разгибаем безымянный пальчик)

(Разгибаем мизинчик)

Эта

(Открытую ладошку поворачиваем

Ну, а волку - кожа.
Он сердит на нас - беда
Дети, посмотрите, как много разных материалов для рисования лежит на столах, подумайте и выберите чем вы будите рисовать, Антон каким материалом ты будешь рисовать? И т. д. Молодцы красивая картина у нас получилась. Что это за картина? НАТЮРМОРТ. Ну, вот на этом и закончилось наше путешествие, давайте подведем итоги, что вы запомнили? Всем ли известны секреты здоровья?
Ответы детей: Дети: - Если хочешь быть здоров - закаляйся.
Водой холодной по утрам умывайся!
Чтобы не чихать, витамины надо принимать!
Овощи и фрукты для здоровья - полезные продукты!
По утрам зарядкой занимайся и здоровым оставайся!
Чтоб микробы удалить, надо чаще руки мыть!

Конспект занятия по рисованию «Полезные и вредные привычки»

Цели: формирование представлений о вредных и полезных привычках.

Задачи:

1. формировать сознательный отказ от вредных привычек;
2. развивать познавательную активность, творческое воображение;
3. развивать самостоятельность в выборе способа и средств рисования;
4. воспитывать аккуратность в работе с изобразительными средствами.

Оборудование: зеленые и красные карточки для детей, иллюстрации, разнообразие средств рисования (фломастеры, краски, восковые мелки и др.), бумага.

Ход занятия:

Воспитатель: Здравствуйте, дети! Я очень рада видеть вас всех такими красивыми, радостными и здоровыми. Надеюсь, у вас отличное настроение. Послушайте стихотворение и подумайте, о чём мы будем говорить.

Про девочку, которая сосёт палец.

Неземная красота,

Выньте палец изо рта!

Девочки и мальчики,

Не сосите пальчики.

Дорогие детки,

Пальцы — не конфетки. (Эдуард Успенский)

Воспитатель: Дети, с этих строк стихотворения вы могли понять, о чем пойдет сейчас речь. Так, это - привычки.

Воспитатель: Каждый человек способен привыкать к каким-то действиям, ощущениям. Кто-то привык рано ложиться спать, а кто-то - поздно; кто-то привык делать по утрам зарядку, а кто-то нет. Что появляется у человека? Правильно, привычка. Сегодня мы с вами будем рисовать на тему: «Вредные и полезные привычки».

Воспитатель: Что такое привычка?

Дети: Это действие, которое мы повторяем, даже не всегда замечая это. Привычка — это такое действие, которое становится для нас тем, без чего мы не можем жить.

Воспитатель: Ребята перечислите привычки, которые есть у вас или какие вы знаете?

Дети: Приходя с улицы переобуваться в домашнюю обувь, домашнюю одежду, мыть руки с мылом, умываться, ковыряться в носу, ябедничать.

Воспитатель: Дети, а какие бывают привычки?

Дети: полезные и вредные.

Воспитатель: Что такое полезная привычка?

Дети: Она приносит пользу.

Воспитатель: Полезные, хорошие привычки делают человека более свободным, так как о многих своих действиях он перестает задумываться, они словно совершаются

сами собой. Полезные привычки помогают сохранить здоровье и облегчить нашу жизнь. Давайте вместе подумаем и вспомним, какие еще хорошие привычки бывают? Что это за привычки? Давайте рассмотрим иллюстрации с полезными привычками. Воспитатель: Но существуют, к сожалению, и вредные привычки. Что такое вредная привычка?

Дети: Это привычка, которая приносит вред.

Воспитатель: Назовите вредные привычки.

Дети: Это несоблюдение режима дня, малая подвижность, курение и другие плохие привычки.

Воспитатель: Есть вредные, опасные для жизни привычки, это курение, алкоголь, наркомания. Эти привычки разрушают здоровье людей. При курении легкие чернеют; появляются кашель, одышка, бронхит. Алкоголь притупляет способность ясно мыслить, нарушает координацию движений, затрудняет речь. Рассмотрите иллюстрации с вредными привычками.

Воспитатель: Сейчас мы с вами попробуем зарисовать то, что мы понимаем под вредными и полезными привычками. Подумайте хорошенько, что можно изобразить в ваших рисунках, чтобы у нас получились правила здорового образа жизни. Дети рисуют, воспитатель приходит на помощь в задумке сюжета, в выборе средств изображения при необходимости.

Физкультминутка «Деревце»

Дети доделывают рисунки и готовые работы вывешиваются на доску, выбираются самые лучшие.

Воспитатель: А теперь мы поиграем в игру «Полезно - вредно». Я буду называть привычки, а вы, если это полезная привычка – показываете зелёную карточку, красную карточку, если вредная.

- Грызть ногти;
- Соблюдать режим дня;
- Долго смотреть телевизор;
- Правильно питаться
- Говорить неправду.
- Общаться с людьми;
- Чистить зубы.
- Кричать
- Убирать за собой игрушки.
- Делать зарядку.
- Есть много сладостей.
- Обзывать детей.
- Говорить правду.
- Неряшливо одеваться.
- Пользоваться носовым платком.
- Обманывать.
- Кушать молча.

Итог занятия.

- Дети, что мы сегодня делали?

- В какую игру играли?
- Какие выводы вы для себя сделали?

Воспитатель: Немало пословиц и поговорок о здоровье сложено и русским народом. Например, такие: «Здоровье дороже золота» или «Здоровье ни за какие деньги не купишь». Давайте наше занятие закончим такими словами: если у нас есть здоровье – то будет все. Берегите его с детства!

Досуг «Лучшее лечение – игры и развлечения»

Цель: формирование культуры здорового образа жизни, вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачи:

1. закрепить знания об основных составляющих здоровья, вызвать желание заниматься физкультурой и закаливанием, выполнять правила гигиены;
2. развивать основные физические качества — силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений, меткость;
3. способствовать развитию у детей интереса к различным видам двигательной деятельности;
4. развивать координацию движений, внимание, память, сообразительность;
5. воспитывать чувство коллективизма, поддержки, доброго, товарищеского отношения друг к другу.

Оборудование: эмблемы командам, мешочки здоровья, картинки «Опасные ситуации для здоровья», предметы для игры «Чем я с другом не поделюсь», оборудование для эстафеты, бочонок, воздушные шарик на каждого ребенка, гуашь, влажные салфетки, ленточки, обручи, массажеры.

Ход занятия:

Ведущий. Здравствуйте, дорогие друзья! Мы часто слышим: «Будьте здоровы», «Не болейте», «Желаю здоровья». Часто ли мы задумываемся о своем здоровье? Что мы делаем для того, чтобы быть здоровыми? Ответить на этот вопрос нам помогут дети группы «Подсолнушек».

Дети входят в зал, здороваются.

Ты шагай, не зевай!

Ты шагай, ты шагай своей дорогой, не зевай.

Ты шагай, ты шагай, себе пару выбирай.

Поздоровайся ладошкой,

Поздоровайся и ножкой.

Плечиком и локотком

И конечно, язычком: - Здравствуй!

Ты шагай, опять шагай своей дорогой, не зевай

Ты шагай, ты шагай, другую пару выбирай

Поздоровайся головкой

Как ты делаешь все ловко!

Пальчиком и кулачком

И конечно, язычком: - Доброе утро!

Ты шагай, опять шагай своей дорогой, не зевай!

Ты шагай, ты шагай, другую пару выбирай

Поздоровайся макушкой

И своим красивым ушком,

Спинкой, тепленьким бочком

И конечно, язычком - Привет!

Ведущий. Мы начинаем игру: "Как быть здоровым". Поприветствуем команды: "Витаминки" и "Улыбки". Команды представьтесь друг другу, гостям.

1. Мы - команда «Витаминки»

Мы на встречу к нам пришли.

И смекалку и умение

Мы с собою принесли.

2. Мы – «Улыбочки», друзья,

Нам проиграть никак нельзя.

С вами мы сразимся,

Так просто не сдадимся.

Ведущий. Послушайте правила нашей игры: задания будут даваться командам, за каждое правильно выполненное задание вы будете получать мешочек здоровья. (показать). Чтобы быть в хорошей соревновательной форме, предлагаю провести разминку.

Игра «Да и Нет»

Каша – вкусная еда

Это нам полезно? (Да)

Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? (Да)

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? (Нет)

Щи – отличная еда

Это нам полезно? (Да)

Мухоморный суп всегда –

Это нам полезно? (Нет)

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? (Да)

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки? (Нет)

Овощей растет гряде.

Овощи полезны? (Да)

Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? (Да)

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? (Да)

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда!

А раз полезная еда –

Будем мы здоровы? (Да)

Ведущий. И так, первое задание «Загадки». Загадки команде «Витаминки»

1. У двух матерей по пять сыновей. Одно имя всем. (Руки, пальцы)

2. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. (мыло)

3. Стоят вместе, ходят — врозь. (Ноги)

Загадки команде «Улыбочки»

1. На ночь два оконца сами закрываются, а с восходом солнца сами открываются

(глаза).

2. Лег в карман и караулит
Рёву, плаксу и грязнулю,
Им утрет потоки слез,
Не забудет и про нос (*носовой платок*)

3. Всегда во рту, а не проглотишь. (*Язык.*)

Ведущий. Второе задание «Найди пару»

Перед вами карточки с опасными ситуациями для здоровья, вам необходимо объединить их в пары и объяснить, чем опасна ситуация.

Ведущий. Наши глазки устали, отдохнем немного.

Гимнастика для глаз «Веселая неделька»

Всю неделю по порядку,
Глазки делали зарядку.

- В понедельник, как проснутся,

Глазки солнцу улыбнутся.

- Во вторник часики глаза,

Водят взгляд туда-сюда.

- В среду в жмурки мы играем,

Крепко глазки закрываем.

1, 2, 3, 4, 5.

Будем глазки открывать.

- По четвергам мы смотрим вдаль,

На это времени не жаль.

- В пятницу мы не зевали

Глаза по кругу побежали.

Остановка и опять,

В другую сторону бежать.

- Хоть в субботу выходной

Мы не ленимся с тобой.

Ищем взглядом уголки,

Чтобы бегали зрачки.

- В воскресенье будем спать,

А потом пойдем гулять.

- Без гимнастики, друзья,

Нашим глазкам жить нельзя!

Ведущий. А теперь конкурс-эстафета «Чем с другом нельзя делиться?»

Добежать до стола с преодолением препятствий (перешагнуть через предмет, пролезть в обруч, пройти по следам), из предложенных предметов выбрать те, с которыми нельзя делиться, они должны быть только индивидуальными. (Носовой платок, зубная щетка, расческа, полотенце, мочалка, плавки, сланцы для бассейна, и др.) и принести их своей команде.

Музыкальная пауза.

Ведущий. Следующее задание «Заморочки из бочки» (вопросы из бочонка вытаскивают гости и задают их командам, чья команда больше ответит на вопросы, та и получит мешочек)

1. В какой стороне тела находится сердце?

2. Если вам необходимо позвонить в милицию, какой номер вы наберете?
3. Если человек сильно болен, что он принимает?
4. Какой орган тела принимает звуковые сигналы?
5. Что нужно сделать после приема пищи?
6. Какого цвета кровь?
7. Можно ли дразнить на улице собак? Почему?
8. Вы пришли в лес. Как надо себя вести? Что нельзя делать в лесу?
9. По какому номеру телефона мы звоним в «скорую помощь»?
10. У человека много друзей, но главные: солнце, воздух и...?

Ведущий. А теперь очень интересное задание, но и трудное «Нарисуй солнышко». Перед вами воздушные шары и гуашь, вы должны нарисовать солнышки пальчиками.

Посчитаем солнышки.

Ведущий. Игра «Цапля»

Играющие стоят в обручах – это «цапли в домиках». В центре зала на полу разбросаны ленточки – это «лягушки». Цапли по сигналу бегут к ленточкам, захватывают их пальцами левой ноги (по одной) и несут в домик, прыгая на правой. Побеждает тот, кто больше всех принесет в свой домик ленточек.

Ведущий. Подведение итогов. Сосчитайте сколько у вас мешочков?

Уважаемые болельщики, вы можете принести дополнительный мешочек здоровья своей команде. Предлагаю вам определить, что находится в мешочках, не открывая их.

Подведение итогов.

Ведущий. Приз в зал.

Ребенок вносит «Серебряный сундучок».

Ребенок. Мы будущие железнодорожники и должны быть здоровыми. А здоровье нужно укреплять с детства. В этом сундучке предмет для укрепления здоровья.

Игра «Угадай, что спрятано» Задавайте мне вопросы и угадаете, что там. Этот массажер называется Су-джок.

Массаж ладошек.

Мяч снаружи, мяч внутри.

По руке качу – смотри.

Вдоль ладони, через палец

И вокруг запястья танец.

Ведущий. Ребята, а массаж можно делать не только ладоней, Нои других частей тела. Пойдемте в группу я вам покажу и научу как делать массаж стоп.

Дети уходят

Сценарий развлечения «День здоровья»

Цель: приобщение детей к занятиям физкультурой и спортом; привитие стремления к здоровому образу жизни

Задачи:

1. пропагандировать здоровый образ жизни; воспитывать интерес к здоровому образу жизни, занятиям спортом;
2. закрепить знания о необходимых культурно-гигиенических навыках и пользе здорового питания и витаминов;
3. активизировать познавательную деятельность учащихся;
4. способствовать укреплению связи детского сада с родительской общественностью.

Оборудование: магнитофон, костюмы микробов, овощей, ореха; зубная щетка, расческа, зубная паста, "волшебная коробочка" или медицинский саквояж; картинки с изображением полезных продуктов, содержащих витамины разных групп; гимнастические палки, метелки, кубы, корзины, скамейки, медали и сладкие призы.

Предварительная работа с детьми:

- проведение занятий на темы: "Полезные и вредные привычки", "Что значит быть здоровым?", "Кто такие микробы?", "Витамины защитники организма";
- знакомство детей на физкультурных занятиях с разными видами спорта, беседа о его значении для человека.

Ход развлечения:

(Под музыку дети входят в зал, украшенный символикой и картинками, соответствующими празднику (в теплое время года мероприятие проводится на улице).)

Ведущий: Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник День здоровья.

Улыбкой светлой,

Дружным парадом

День здоровья начать нам надо.

Давайте все дружно крикнем

Дню здоровья: "Ура! Ура! Ура!"

Кто скажет, что значит "быть здоровым"? Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться. Давайте подвигаемся, а лучше потанцуем!

(Дети исполняют "Танец маленьких утят", муз. неизв. автора, сл. Ю. Энтина.)

Ведущий: Ребята, в гости к нам спешит

Любимый доктор Айболит.

Друзей здоровья нам покажет,

О деле важном нам расскажет

Как быть сильным и отважным!

Айболит: Здравствуйте, дети и взрослые!

Я - тот самый Айболит,

Что всех излечит, исцелит.

Но к вам приехал не затем,

Чтоб ставить градусники всем.

Тани, Лили, Пети, Вовы –

Здесь, надеюсь, все здоровы?

Здоровы! Зубы чистите всегда?

Дети: Да!

Айболит: А мочалка и вода с вами часто дружат?

Дети: Да!

Айболит: Знать хочу еще ответ: а неряхи есть тут?

Дети: Нет!

(Под мелодию "Чунга-чанга" (ел. Ю. Энтина, муз. В. Шаинского) выбегают микробы и поют песню.)

Микробы (поют):

Мы - микробы - весело живем.

Мы - микробы - песенку поем.

Мы - микробы - очень любим грязь.

Мы - микробы - ненавидим вас.

Припев:

Всех, кто любит умываться,

Сам умеет причесаться,

Руки мыть и чистить зубы, -

Мы нелюбим.

А нерях, грязнуль, лентяев,

Неумытых разгильдяев

Очень любим, очень любим.

Ведущий:

Что нам делать, как нам быть? Кто нас
сможет защитить?

Айболит:

Не волнуйтесь так, ребятки,

Отгадайте вы волшебные загадки,

А они же в тот же час

Избавят от микробов вас.

(Айболит показывает фокус с коробочкой с двойным дном. В ней по очереди появляются: мыло, зубная щетка и паста, расческа. Все предметы Айболит отдает микробам, и они убегают.)

Айболит: Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С пастой мятной дружит,

Нам усердно служит.

(Ответ: зубная щетка)

Хожу, брожу не по лесам,

А по усам и волосам.

А зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей.

(Ответ: расческа)

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне -

Пусть отмоет руки мне

(Ответ: мыло)

Вот и нет микробов больше.

Но придут они опять,

Если будешь забывать

Руки с мылом мыть почаще,

Не давать микробам счастья

Жить в грязи.

Зубы вечером и утром чисти регулярно.

Причесаться не забудь
И всегда опрятным будь.

(Под медленную музыку в зал вносят на носилках толстяка Обжору).

Обжора: Я – Обжора Робин-Бобин
Не могу пошевелиться,
Не умею я трудиться,
Тяжело мне и стоять,
Всегда хочется мне спать.
Только кушаю весь день.
Много кушать мне не лень.

Айболит: Кушать много очень вредно –
Шоколад и мармелад.
Каждому из вас известно:
Для организма – это яд!

Обжора: А не есть я не могу.

Айболит: Не волнуйся, помогу.
Голодовку отменяем,
Витамины принимаем.

Обжора: От таблеток сыт не будешь.

Айболит: Витамины находятся не в таблетках,
А в продуктах питания, полезных для здоровья.
О витамине «А» расскажет ловко
Спелая морковь.

Морковь: И сладка я, и вкусна,
Витамин во мне есть «А».
Кто меня в друзья берёт,
Тот растёт, растёт, растёт.

Айболит: Ребята, кто знает, в каких еще продуктах есть витамин «А»?

Дети: В молоке, чесноке, рыбе, помидорах, зелени.

Картошка: А в картошкином лице
Представлен витамин «С».

Айболит: В каких еще продуктах есть витамин «С»?

Дети: В капусте, смородине, луке, землянике

Орех: А во мне есть витамин «В».
Всем давно известно, что орехи
Вкусны и полезны.
Кушай их с утра до темноты.
Будешь очень зорким ты.

Айболит: Да, благодаря витамину «В» у нас улучшается зрение. А в каких еще продуктах он присутствует?

Дети: В яйцах, кукурузе, мясе, сыре, твороге, черном хлебе.

Айболит: Вы совершенно правы, дети. Но мы назвали не все витамины, потому что их очень много. А если их много, значит, и полезной пищи тоже много.

Ведущий: Видишь, Робин-Бобин, сколько съедобного назвали дети. Пища, в которой есть витамины, называется здоровой. Это значит, что перечисленные продукты не

вредят нашему здоровью, а наоборот, его укрепляют. Но кроме здоровой пищи тебе нужно знать еще об одном, чтобы, как все, мог ты бегать, играть, а не только есть и спать.

Вот еще вопрос.

Что нужно, чтобы каждый рос
С прямыми стройными ногами,
С широкой грудью моряка,
Чтоб рот был с крепкими зубами,
Чтоб с силой поднялась рука?

Дети: Закаляться, спортом заниматься,
Соблюдать режим дня, гулять
на свежем воздухе, правильно
сидеть за столом, чистить зубы.

Айболит: Вам лениться не годится.
Помните, ребята,
Даже звери, даже птицы
Делают зарядку.

Ведущий: Делу – время, час забаве.
Команда первая – направо.

Тут вторая становись! *(Ведущий организует спортивные соревнования.)*

«Передай мяч»

Дети строятся в колонну друг за другом и передают мяч над головой.

«Мачеха и Золушка»

В каждой команде первый ребёнок – «Мачеха» - берет корзину с кубиками, бежит до ориентира и высыпает кубики, а затем возвращается и передает корзину следующему игроку – «Золушке». Он должен добежать до ориентира, собрать кубики и вернуться к команде.

«Баба Яга в тылу врага»

Ребенок садится верхом на метлу и бежит до ориентира, обегает его и возвращается к команде, передает метлу следующему игроку.

«Трудолюбивый муравей»

Первый участник команды берет гимнастическую палку, бежит до ориентира, обегает его, возвращается к команде и за ним за палку цепляется следующий игрок. В конце за нее должны держаться все члены команды.

«Сквозь игольное ушко»

Участник бежит, продевает через себя обруч, добегают до ориентира, обегает его, возвращается обратно и продевает снова через себя обруч, добегают до команды и передает эстафету.

«Бюро находок»

Со всех участников команды снимается по одному "башмаку" и кладется в кучу у ориентира. По очереди каждый участник команды должен сбегать за своей обувью. Победит та команда, которая быстрее обуется.

Ведущий:

Все команды хорошо играли,

Все сразу здоровые стали.

Но пока жюри победителей определяет,

Айболит вам загадки загадает.

Слушайте внимательно

И отвечайте обязательно.

Айболит:

Не пойму, ребята, кто вы?

На льду я вычертил восьмерку -

Пчеловоды? Рыболовы?

Поставил тренер мне пятерку.

Что за невод во дворе?

Что это за вид спорта?

Не мешал бы ты игре! *(Ответ: фигурное катание.)*

Ты бы лучше отошел, мы играем в... *(Ответ: волейбол.)*

В небо ласточкой вспорхнет,

Рыбкой в озеро нырнет. *(Ответ: прыжки в воду.)*

Короли-то, короли -

Воевать опять пошли!

Только начали войну –

Сразу съели по слону. *(Ответ: шахматы.)*

О нем газеты говорят:

"Толкнул он дальше всех снаряд" *(Ответ: толкание ядра.)*

Ведущий: Вот настал момент прощания.

Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех,

За огонь соревнования,

Обеспечивший успех.

Айболит: В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом неразлучен.

Проживешь ты до ста лет!

Вот и весь секрет!

Праздник завершать пора –

Крикнем празднику: "Ура!"

Мастер-класс «Изготовление нестандартного физкультурного оборудования своими руками: метеориты»

Пояснительная записка

Актуальность мастер-класса по изготовлению нестандартного спортивного оборудования «Метеориты» определяется значимостью предложенного материала для будущих педагогов ДОО. ФГОС ДО направлен на решение одной из главных задач охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Одно из основных направлений воспитания дошкольников в ДОО, как и прежде остаются здоровьесберегающие технологии. Здоровье детей всегда должно быть на первом месте. И всем известно, что ничто так не укрепляет его, как занятия физической культурой. Поэтому любовь к ней надо прививать с самого маленького возраста. Чтобы как-то заставить детей больше и, главное, с пользой двигаться, надо их заинтересовать. Нетрадиционное физкультурное оборудование как раз поможет им взглянуть на спорт с другой стороны и превратить занятия в веселую игру. Это значительно разнообразит жизнь ребенка.

Данный мастер-класс может быть использован будущими педагогами как одна из форм взаимодействия ДОО и семьи по повышению компетентности родителей в организации игровой деятельности с детьми, а также является необходимым условием для обогащения развивающей предметно-пространственной среды.

Цель мастер-класса: изготовление нестандартного оборудования «Метеориты» своими руками и использование его на занятиях и в играх

Задачи мастер-класса:

- познакомить студентов с технологией изготовления нестандартного спортивного оборудования «Метеориты»;
- формировать интерес к нестандартному оборудованию, приобщать студентов к его изготовлению;
- развивать творчество, фантазию при использовании нестандартного оборудования;
- обобщить и распространить опыт работы по созданию и использованию нестандартного спортивного оборудования.

Материал, необходимый для проведения мастер-класса: плотный тканевый материал для тела «Метеорита» (джинс или флис); атласная лента шириной 4-5 см (из расчета 1 метр на один «Метеорит»); наполнитель (любая крупа); нитки, иголка, ножницы.

Структура мастер-класса:

I вводная часть – 5 минут

II основная часть – 1 час 20 минут

III заключительная часть – 5 минут

Ход мастер-класса

I вводная часть

Здравствуйте, уважаемые студенты! Сегодня мы с Вами познакомимся с многообразием видов нестандартного спортивного оборудования и изготовим одно

из них. Если проявить фантазию, своими руками, из бросового материала, можно изготовить любое спортивное пособие и использовать его в самостоятельных видах игровой и спортивной деятельности детей. В дальнейшем, в своей педагогической деятельности, к данному процессу Вы можете подключить родителей воспитанников, что будет способствовать сплочению всех участников образовательного процесса: педагогов, детей, родителей.

Провести данный мастер-класс с родителями воспитанников Вы можете под таким девизом: «Здоровье и счастье наших детей во многом зависит от постановки физической культуры в детском саду и семье...»

II основная часть

Внедрение инновационных оздоровительных технологий в работу дошкольных образовательных организаций — первоочередная и своевременная задача в духе модернизации всего процесса образования. Создавшиеся жизненные условия, нарушения экологической обстановки побуждает нас к поиску новых оздоровительных технологий.

Для детей очень важны различные упражнения, которые помогут развивать мелкую моторику. Это, кроме всего, положительно влияет на их психику и снижает заболеваемость. Нетрадиционное физкультурное оборудование своими руками как раз делает акцент на такие упражнения.

Большой плюс в том, что с помощью такого снаряжения можно проводить игры разного характера: тренировочного, развлекательного, соревновательного. Если подключить фантазию, то можно подготовить даже специальный спектакль с интерактивными вставками (например, как победить Кощея с помощью занятий физической культуры).

Как сделать нетрадиционное физкультурное оборудование своими руками в детском саду и дома? Делается такое снаряжение очень легко.

Нетрадиционное физкультурное оборудование своими руками изготавливается из подручных средств: бутылок, крышечек, веревок, упаковок от киндер сюрпризов и других вещей, которых можно найти в каждом доме. На изготовление уходит не так уж и много времени. Можно также подключить детей, чтобы они помогали. Им будет очень интересно. При создании изделий стоит попробовать подключить фантазию и придумать что-то свое. Здесь нет никаких ограничений. Но, конечно, можно воспользоваться и уже известными наработками в этой сфере.



Бильбоке

Всем известна игра, где привязанный к палочке шарик нужно забросить в специальную чашу. Это и есть бильбоке. Изготовить такое нетрадиционное физкультурное оборудование своими руками из подручных средств проще простого. Для этого понадобится: пластиковая бутылка с крышкой; шерстяная нитка; упаковка от "Киндер-сюрприза"; украшения. Для начала нужно отрезать доньшко от пластиковой тары. Желательно это делать так, чтобы не оставалось заостренных концов. В желтом яйце от киндера с помощью шила проделывается отверстие, куда продевается нитка. Чтобы она не выскакивала, на ее конце завязывают узел. Вторым концом веревки продевают сквозь горлышко и закручивают вместе с крышкой. Для того чтобы сделать бильбоке более красочным и привлекательным, его надо обклеить яркой лентой. Можно использовать распечатанные картинки, блёстки и бисер. Игры с бильбоке помогают развивать реакцию и координацию движений.



Мешочек

Казалось бы, как его использовать? Но ему можно найти массу применений. Например, мешочки можно класть на голову, чтобы дети постоянно держали осанку. Так как проблемы с искривлениями позвоночника становятся все более распространенными, то такие упражнения будут очень полезными. Сшить мешочек можно из обычной плотной ткани. Наполнителем послужит соль или песок.



Волшебная бутылочка

Очень простое изделие. Для его создания понадобится прозрачная пластиковая бутылка, трубочка от коктейля, конфетти или фольга. В крышке надо проделать отверстие. Туда будет просовывать трубочка. В саму бутылку помещают мелкое конфетти, порезанную фольгу или крупные блёстки. Ребенок должен вдохнуть через нос, а выдыхать через рот в трубочку. Так он осваивает правильную технику дыхания и следит за веселым «фейерверком» внутри бутылочки.



Воздушный футбол

Очень интересная и простая игра. На создание такого нетрадиционного физкультурного оборудования своими руками не нужно много материалов. Понадобится всего большая крышка от коробки (или просто картон), пластиковый стаканчик, цветная бумага, клей, трубочки и маленький шарик. Делается он также просто. Крышку от коробки (если ее нет, то можно просто сделать бортики из картона) обклеивают зеленой бумагой с внутренней стороны. Так получится подобие поля. Ворота можно сделать из половинок пластикового стаканчика. Забивают голы на таком поле с помощью трубочек. Надо потоком воздуха загнать шарик в импровизированные ворота.



Звериные гонки

С помощью обычной ленты, красивой палочки и мягкой игрушки можно сделать увлекательную игру, которая поможет развивать мелкую моторику рук ребенка. С одного конца привязывается мягкая игрушка, а другой конец - к ручке. Важно, чтобы ленты все были одного размера. Задача проста: надо крутить ручку, наматывая на нее веревочку. Так игрушечный зверь потихоньку будет подтягиваться к малышу. Можно устроить целые соревнования.



Эспандер

С помощью широкой резинки, ручки от 5-литровых бутылок можно изготовить силовой тренажер для детей. Использовать такое спортивное оборудование можно

как в свободной деятельности детей, так и организованной педагогом на занятии, зарядке.

Сегодня мы познакомимся с технологией изготовления спортивного оборудования «Метеориты». Нестандартное оборудование должно быть:

Безопасным, максимально эффективным, удобным к применению, компактным, универсальным, эстетичным, технологичным и простым в применении.

Для изготовления нашего пособия нам понадобится:

- плотный тканевый материал для тела «Метеорита» (джинс или флис);
- атласная лента шириной 4-5 см (из расчета 1 метр на один «Метеорит»);
- наполнитель (любая крупа);
- нитки, иголка, ножницы.

Прежде, чем приступить к работе, давайте вспомним ТБ.

При работе с ножницами:

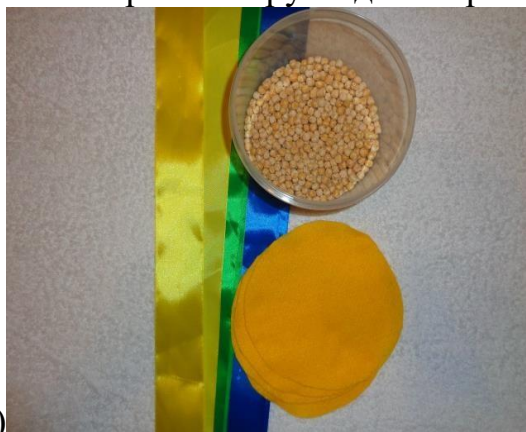
- храните ножницы в указанном месте в определённом положении;
- при работе внимательно следите за направлением резания;
- не работайте с тупыми ножницами и с ослабленным шарнирным креплением;
- не держите ножницы лезвием вверх;
- не оставляйте ножницы с открытыми лезвиями;
- не режьте ножницами на ходу;
- не подходите к товарищу во время работы;
- передавайте закрытые ножницы кольцами вперёд;
- во время работы удерживайте материал левой рукой так, чтобы пальцы были в стороне от лезвия.

При работе с иглой:

- иглы хранить в подушечке или игольнице, обвив их ниткой;
- сломанную иглу не бросать, а класть в специально отведенную для этого коробку;
- знать количество иголок, взятых для работы; в конце работы проверить их наличие;
- во время работы иголки вкалывать в подушечку, нельзя брать в рот, не вкалывать в одежду, мягкие предметы, стены, занавески; не оставлять иголку в изделии;
- не шить ржавой иглой – она плохо проходит в ткань, оставляет пятна и может сломаться.

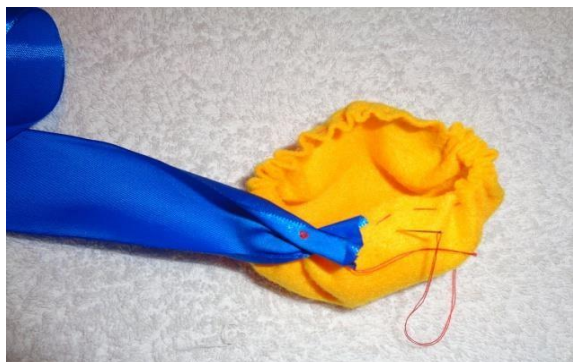
Этапы изготовления:

1. Подготовим все необходимое: нарежем атласную ленту длиной 1 метр, из материала вырезаем круги диаметром 14 см, подготовим любую крупу (мы взяли



горох)

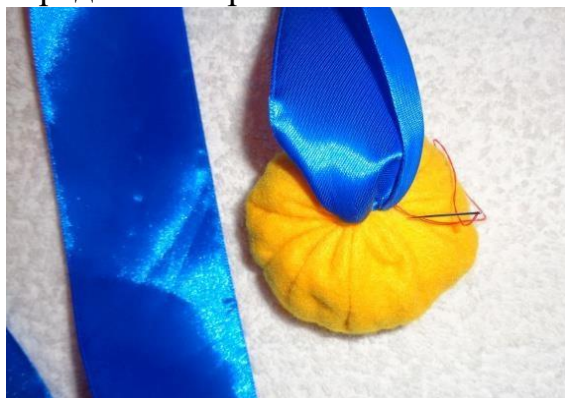
2. Наметочным швом проходим ниткой с иглой по кромке круга, немного стягиваем, оставляя отверстие для заполнения.



3. Заполняем мешочек крупой.



4. Стыгиваем в основании и многократными стежками закрепляем края и ленту в середине отверстия.



Наш «Метеорит» готов для путешествия по просторам игровой комнаты. Приступаем к работе! Ведущий мастер-класса подходит к каждой подгруппе студентов и, если необходимо, оказывает помощь.

III заключительная часть

Разработанное и изготовленное нами нестандартное спортивное оборудование «Метеориты» несложное, недорогое, универсальное, малогабаритное вносит в каждое мероприятие с детьми элемент новизны. Детей привлекают необычные формы, красочность такого оборудования, что способствует более высокому эмоциональному тону во время проведения непосредственно образовательной деятельности и интересу детей к ним, формирует потребность к движению.

Успехов Вам! Играйте и творите!

Подведение итогов. Студентам предлагается выбрать картинки с изображением:

- блендера (все переработал, все пригодится в профессиональной деятельности);
- чемодана (обязательно все услышанное возьму на вооружение);
- мусорной корзины (информация не интересна).