День здоровья.

«Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья».

 Цель : Способствовать формированию основ   здорового образа жизни . Развивать у детей понимания значения и необходимости закаливающих процедур.

Материалы к  занятию   : Кукла снежная принцесса,   солнце , море   (голубое покрывало) .

Ход занятия.

Ребята к нам сегодня пришла  «снежная принцесса» . Она хочет загадать нам загадку.

Загадка.

Солнце жарко припекает.

И ромашки расцветают.

Дети плавают, играют.

Ну, когда ж это бывает.

Вы знаете, снежная принцесса никогда не видела лета. Она живет в холодной стране. И хочет узнать, что такое лето. Давайте расскажем ей о лете. А вы любите лето? Что вы делаете летом? Что нужно делать, что бы быть  здоровым ?

Закаляться.

Закаляться нужно круглый год, а особенно летом.

Летом мы можем принимать  воздушные ванны , загорать на   солнце , купаться на море, в воде. А вы летом загорали, купались?

Ребята, а чем мы с вами  дышим-воздухом . Каким должен быть   воздух-чистым . А что нужно делать, что бы   воздух был чистым ?

Сажать деревья.

Давайте и мы посадим деревья. Взяли лопаты.

Мы посадим деревца-раз два, раз два

Солнышко  их согревает-раз два, раз два

Из тучки дождик поливает-раз два, раз два

Вот они растут, растут

Нам свежий  воздух принесут .

А сейчас мы подышим свежим  воздухом .

Упражнение  «Насос» .

Ребята, а вы летом купались?

Где?

А давайте отправимся на море, и возьмем с собой снежную принцессу.

А на чем мы поедем?

На поезде.

«Загудел паровоз и ребяток он повез.

Чох, чох, чу, чу.

Я на море укачу.

А вот мы и приехали на море.

Вот только море, почему то сильно волнуется.

Игра: Море волнуется раз

Море волнуется два

Море волнуется три

Морская фигура замри.

Дети изображают морских животных.

Солнышко за тучки спряталось.

Давайте его позовем.

Солнышко покажись

Ясное улыбнись.

А вот и  солнышко показалось .

Сразу стало жарко.

Давайте будем купаться-закаляться.

Дети якобы раздеваются и прыгают в воду, имитируя плаванье.

Накупались, а теперь выходим на пляж и будем на  солнышке загорать .

Лето знатное в разгаре.

Все на пляже загорают.

Руки  солнцу подставляют ,

Носик к верху задирают.

И бегут к реке скорей,

Охладиться, чтоб быстрей.

Плавают туда-сюда

Не утонут никогда!

Брызги в стороны летят

И на всех попасть хотят.

Ребята, думаю, что снежной принцессе очень понравилось лето. И она расскажет своим  друзьям о нем . А еще о том, как нужно закаляться, что бы быть   здоровым и радоваться всему , что нас окружает.

Я и ты-все это мы

И вокруг ты посмотри:

Солнце светит, дождь идет,

Воздухом мы дышим.

В роще соловей поет,

На лугу цветок растет.

Козлик скачет на лугу,

Скачет в радугу-дугу.

Мы побывали с вами на море. Что мы здесь делали?

А теперь нам пора возвращаться домой. Что бы нам быстрее добраться до дома полетим на самолетах.

Заводим моторы:

П/игра  «Самолеты»

«Самолет летит

Самолет гудит.

У-У-У-У Я лечу в Москву.

У-У-У-У.»

Сели на посадку.

Ну, вот мы и дома.

Давайте попрощаемся со снежной принцессой.

Давайте еще раз все вместе скажем:

«Солнце,  воздух и вода наши лучшие друзья ».

Работа с родителями.

Консультация  :

Литература: Е. А. Бабенкова

Ваш ребенок:  «Как приучить ребенка заботиться о своем   здоровье » .

1. Закаливание.

2.  Солнце ,   воздух и вода-друзья здоровью .

Утро: Гимнастика в облегченной форме, ходьба босиком по гимнастическому коврику.

Беседа: Что нужно делать, что бы быть  здоровым ?

Цель: Познакомить детей с закаливающими процедурами. Желание использовать их в  оздоровительных целях .

Формирование целостной картины мира.

Занятие  : « Солнце ,   воздух и вода наши лучшие друзья ».

Цель: Способствовать формированию основ  здорового образа жизни . Развивать у детей понимания значения и необходимости закаливающих процедур.

Материалы к  занятию   : Кукла снежная принцесса,   солнце , море   (голубое покрывало) .

Ход занятия.

Ребята к нам сегодня пришла  «снежная принцесса» . Она хочет загадать нам загадку.

Загадка.

Солнце жарко припекает.

И ромашки расцветают.

Дети плавают, играют.

Ну, когда ж это бывает.

Вы знаете, снежная принцесса никогда не видела лета. Она живет в холодной стране. И хочет узнать, что такое лето. Давайте расскажем ей о лете. А вы любите лето? Что вы делаете летом? Что нужно делать, что бы быть  здоровым ?

Закаляться.

Закаляться нужно круглый год, а особенно летом.

Летом мы можем принимать  воздушные ванны , загорать на   солнце , купаться на море, в воде. А вы летом загорали, купались?

Ребята, а чем мы с вами  дышим-воздухом . Каким должен быть   воздух-чистым . А что нужно делать, что бы   воздух был чистым ?

Сажать деревья.

Давайте и мы посадим деревья. Взяли лопаты.

Мы посадим деревца-раз два, раз два

Солнышко  их согревает-раз два, раз два

Из тучки дождик поливает-раз два, раз два

Вот они растут, растут

Нам свежий  воздух принесут .

А сейчас мы подышим свежим  воздухом .

Упражнение  «Насос» .

Ребята, а вы летом купались?

Где?

А давайте отправимся на море, и возьмем с собой снежную принцессу.

А на чем мы поедем?

На поезде.

«Загудел паровоз и ребяток он повез.

Чох, чох, чу, чу.

Я на море укачу.

А вот мы и приехали на море.

Вот только море, почему то сильно волнуется.

Игра: Море волнуется раз

Море волнуется два

Море волнуется три

Морская фигура замри.

Дети изображают морских животных.

Солнышко за тучки спряталось.

Давайте его позовем.

Солнышко покажись

Ясное улыбнись.

А вот и  солнышко показалось .

Сразу стало жарко.

Давайте будем купаться-закаляться.

Дети якобы раздеваются и прыгают в воду, имитируя плаванье.

Накупались, а теперь выходим на пляж и будем на  солнышке загорать .

Лето знатное в разгаре.

Все на пляже загорают.

Руки  солнцу подставляют ,

Носик к верху задирают.

И бегут к реке скорей,

Охладиться, чтоб быстрей.

Плавают туда-сюда

Не утонут никогда!

Брызги в стороны летят

И на всех попасть хотят.

Ребята, думаю, что снежной принцессе очень понравилось лето. И она расскажет своим  друзьям о нем . А еще о том, как нужно закаляться, что бы быть   здоровым и радоваться всему , что нас окружает.

Я и ты-все это мы

И вокруг ты посмотри:

Солнце светит, дождь идет,

Воздухом мы дышим.

В роще соловей поет,

На лугу цветок растет.

Козлик скачет на лугу,

Скачет в радугу-дугу.

Мы побывали с вами на море. Что мы здесь делали?

А теперь нам пора возвращаться домой. Что бы нам быстрее добраться до дома полетим на самолетах.

Заводим моторы:

П/игра  «Самолеты»

«Самолет летит

Самолет гудит.

У-У-У-У Я лечу в Москву.

У-У-У-У.»

Сели на посадку.

Ну, вот мы и дома.

Давайте попрощаемся со снежной принцессой.

Давайте еще раз все вместе скажем:

«Солнце,  воздух и вода наши лучшие друзья ».

Работа с родителями.

Консультация  :

Литература: Е. А. Бабенкова

Ваш ребенок:  «Как приучить ребенка заботиться о своем   здоровье » .

1. Закаливание.

2.  Солнце ,   воздух и вода-друзья здоровью .

Прогулка:

Наблюдение за  воздухом .

Дыхательное упражнение  «Ветерок» .

Игры с пальчиками  « Солнышко » .

Труд. Предложить Арине. Б., Даше. Е. -подмести веранду, протереть тряпочкой стол и скамейку.

Цель: Приучить детей к труду. Учить видеть результат своего труда.

Игры с песком:  «Изготовим куличики для Зайки» .

Цель: Закрепить навыки игры с различными формочками.

П/и.  « Солнышко и дождик » .

Цель: Учить быстро, реагировать на сигнал. Быстрая смена действий.

П/и.  «Зайка серый умывается»

Цель: Закрепить навыки выполнения гигиенических процедур.

Вечер:

Д/игра.  «Правила гигиены» .

Цель: Закреплять культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, чистка зубов, причесывание, купание, учить показывать эти движения при помощи мимики и жеста отгадывать по показу.

Чтение художественной литературы:

Г. Зайцев  «Дружите с водой» .

Прогулка:

Наблюдение за деревьями.

Цель:  Закрепить название деревьев : Береза, Клен, Ель. Какую пользу они приносят людям.

П/и.  «К дереву беги» .