

МБДОУ «Новоалександровский детский сад»

## План осеннего дня здоровья в средней группе

Подготовила: Сердюкова А.В.,  
воспитатель средней группы

Цель: Закрепить знания детей о том, как сохранить и укрепить **здоровье**.

Задачи: закрепить знание детей о понятии «**здоровье**»; закрепить правила с детьми, как сохранить своё **здоровья**; сформировать заботу к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием **здоровья**; развиваем ловкость, быстроту, координацию движения; воспитываем бережное отношение к собственному организму.

#### УТРО

Беседа: **Тема:** «*Что такое здоровье?*»

Цель: закрепить понятие «**здоровье**»; расширить знание детей о том, как укреплять свое **здоровье**.

Рассматривание иллюстраций:

Цель: уточнить представления детей о разных видах спорта, самом понятии «*спорт*»; о том для чего люди занимаются спортом и физкультурой;

Дидактическая игра: «*Магазин полезных продуктов питания*»

Цель: закрепить знания детей о полезных продуктах питания; развиваем внимание, логическое мышление, речь.

Утренняя гимнастика

Цель: создать у детей хорошее настроение; поднять мышечный тонус у детей; воспитывать привычку здорового образа жизни.

**Оздоровительная минутка "Любимый носик"** (*дыхательная гимнастика*)

#### ДЕНЬ

Дидактическая игра: «*Чудесный мешочек*»

Наощупь угадать предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка, щетка для одежды) и рассказать, для чего они предназначены и как ими пользоваться.

Отгадывание загадок на тему **здоровье**:

Рисование: «*Витамины для здоровья*»

Дети рисуют фрукты и овощи, полезные для **здоровья**.

ПРОГУЛКА

Игра "Самый меткий".

Цель игры: развитие координации и быстроты движений в крупных и мелких мышечных **группах**; глазомера.

Игра «*Назови вредный продукт*» (взрослый по очереди бросает мяч ребенку, а он, поймав его называет продукт и бросает мяч обратно взрослому).

Цель: уточнять знания детей о пользе и вреде разных продуктов, учить разделять их.

Наблюдение за погодой и одеждой

Цель: Учить детей умению определять состояние погоды и видеть зависимость между нею и одеждой людей.

ВЕЧЕР

Бодрящая гимнастика.

Цель: активизировать детей после дневного сна; настроить их на активную рабочую деятельность; развиваем физические способности; учить согласовывать движения со словами текста.

Чтение стихотворения: «*Чтоб здоровье сохранить*»

Сюжетно-ролевая игра: «Поликлиника»

Цель: формировать у детей умения принимать на себя роль и выполнять соответствующие игровые действия, использовать во время игры медицинские инструменты и называть их; способствовать возникновению ролевого диалога; воспитывать сочувствие

Игра «*Исправь меня*»

Цель: Закрепить знания детей, какую пользу или вред приносят продукты.

#### ИТОГ ДНЯ

Беседа «Как прошёл сегодняшней день в детском саду»

Самостоятельная деятельность «*Сварим полезный суп для кукол*»

Угощение детей фруктами

#### ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ

Консультация для родителей «Как укрепить здоровье ребенка».