

# День «Здоровья»

## в старшей группе №5

### «Ландыши»

#### Прием детей.

В группе расположен «мини стадион» предлагаем пройти в группу, преодолевая препятствия





Утром предложить детям.

Игры средней подвижности: «Школа мяча», «Школа обруча»

Цель: создание бодрого радостного настроения. Вызвать интерес к совместным играм.

Дидактические игры: «футбол», «хоккей».

Цель: развивать у детей игровые интересы к спортивным играм, учить детей, самостоятельно выбирать игру проявляя инициативу.

Индивидуальная работа с детьми - жонглирования мячей.

Цель: развивать мышцы, глазомер и двигательную активность.

Спортивный досуг «Страна спортландия».





## Образовательная художественная деятельность

### "Страна волшебная - здоровье"

Цель: формировать представление о здоровье как ценности, о которой необходимо постоянно заботиться.

Задачи:

1. Формировать умение рисовать человека который заботиться о своем здоровье.
2. Развивать воображение и умение отображать свой замысел в рисунке.
3. Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.





Прогулка.

Подвижные игры. "Найди и промолчи", "Ловишки"



II половина дня.

Дорожка здоровья и гимнастика  
после сна

Гимнастика после сна

«Поднимайся, детвора»

Поднимайся, детвора!

Поднимайся детвора!

Свет дневной встречает нас

Завершился тихий час

Мы проснулись, потянулись,

Вправо, влево повернулись.

Приподняли мы головку

Кулачки сжимаем ловко

Ножки начали плясать,

Не желаем больше спать

Ну, теперь вставать пора,

Обопремся мы на ножки,

Все по полу босиком,

А потом легко бегом.

Сделай вдох и поднимайся,

На носочки поднимись.

Опускайся, выдыхай

И еще раз повторяй

Стопу разминай,

Ходьбу выполняй.

Вот теперь совсем проснулись

И к делам своим вернулись!



Вечером предложить детям.

«Футбольный турнир» настольная игра.

Цель: вызвать интерес к настольным играм, развивать спортивный интерес.

Для родителей предложить ознакомиться с газетой «Растём здоровыми» и ширмой «Растим здорового человека», а также заполнить анкету «Какое место занимает физическая культура в вашей семье».

