Парменова Марина Николаевна

ГБДОУ №98 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Воспитатель высшей квалификационной категории

**Конспект тематического дня здоровья**

**для детей с нарушением зрения**

**(старший возраст)**

**Используемые технологии:** здоровьесберегающие, образовательные ситуации.

**Интеграция образовательных областей:** Физическое развитие, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие.

**Задачи:**

* *Образовательные:*
* Закрепить представление детей о понятии «здоровье».
* Уточнить правила сохранения здоровья.
* Формировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья.
* Формировать потребность в двигательной активности.
* *Воспитательные:*
* Развивать умение контролировать, корректировать свое эмоциональное настроение, свои чувства.
* Воспитывать чувство сплоченности, коллективизма, взаимопомощи, доброжелательности.
* *Коррекционные:*
* Развивать внимание в процессе зрительного поиска, прослеживающую функцию глаза.
* Формировать зрительную сосредоточенность.

**Материалы и оборудование:**

* Плакат-объявление;
* модели-коллажи («Режим дня», «Что мы делаем руками», «Ты заболеешь, если» и др.);
* модель «цветика-семицветика»;
* игровые персонажи – Гантелькин, Мойдодыр, доктор Градусник.
* диск с мультфильмом «Невероятное путешествие»;
* кроссворды «В ванной», «Сладкоежка»;
* маршрутная игра «Проверь себя»;
* рабочие листы на каждого ребенка:

- полезные и неполезные продукты питания,

- игра на пересечение контуров (зубные щетки и тюбики зубной пасты);

* подарок-набор для каждого ребенка: тюбик с зубной пастой и зубная щетка.

**Содержание**

Предварительно: обсудить с детьми вопрос «Кто такой здоровый человек».

Итог обсуждения – решение о проведении Дня здоровья.

**I половина дня**

Воспитатель привлекает внимание детей к моделям, расположенным в разных уголках группы.

**Модель «Режим дня».**

* Ваш день наполнен различными занятиями. Что вы делаете в течение дня?
* Как же успеть все сделать?
* Как изменится ваша жизнь, если вы не будете соблюдать режим дня?
* «День ты жил по распорядку – значит, будет все в порядке!»

**Модель «Что мы делаем руками».**

* Отгадайте загадку (см. модель)
* Какой работы не боятся руки?
* Взрослые трудятся на работе, создавая различные полезные вещи: продукты питания, одежду, обувь, игрушки…Что вы умеете делать руками?
* Помогают ли руки быть здоровыми?

**Модель «Ты заболеешь, если…»**

* Почему человек болеет?
* Расскажи, как изменится твое здоровье, если ты не будешь закаляться.
* «Одевайся по погоде, свежим воздухом дыши, закаляйся на природе: крепким стать, мой друг, спеши».

**Модель «Приятного аппетита».**

* Если вы хотите вырасти здоровыми, крепкими, то должны есть разнообразную пищу.
* Какие продукты полезны для здоровья?
* Почему продукты питания можно условно поместить на «зеленую, желтую и красную» улицы?
* Что полезно есть на завтрак?
* Чем ты угостишь друзей, когда они придут к тебе в гости?

**Модель «Витамины наши друзья».**

* Где живут витамины?
* Какие витамины ты знаешь?
* Когда витамины опасны?
* Прочитайте стихотворение (см. модель)

После рассматривания моделей и обсуждения воспитатель, поощряя детей за ответы, вручает им красный лепесток цветика-семицветика. Дети прикрепляют его на ковролин.

**Утренняя зарядка**

Приход Гантелькина.

* *Дети, вы меня узнали? Давно я был у вас. Вы подросли, окрепли. Наверно, зарядку по утрам делаете?*

Дети:

* *Чтоб с болезнями не знаться,*

*Закаляться надо нам.*

*Мы привыкли заниматься*

*Физкультурой по утрам.*

Дети в соответствии с текстом, который читает воспитатель, показывает Гантелькину комплекс упражнений «Лесная зарядка».

Лесная зарядка

Раз – присядка, два – прыжок,

И опять присядка.

А потом опять прыжок – заячья зарядка.

Птичка скачет, словно пляшет.

Птичка крылышками машет.

И взлетает без оглядки – это птичкина зарядка.

А лисята, как проснутся,

Очень любят потянуться,

Обязательно зевнуть, ловко хвостиком махнуть.

Белки скачут очень быстро,

Машут хвостиком пушистым.

Целый час играют в прятки, это беличья зарядка.

Ну, а мишка косолапый

Широко разводит лапой,

То одну, то обе вместе,

Долго топчется на месте,

А когда зарядки мало, начинает все сначала.

Гантелькин:

* *Молодцы, ребята!*

*Вам лениться не годится,*

*Помните, ребятки.*

*Даже звери, даже птицы*

*Делают зарядку!*

Гантелькин вручает детям оранжевый лепесток цветика-семицветика. Дети прикрепляют его на ковролин.

**Проведение гигиенических процедур**

Приход Мойдодыра:

* *Здравствуйте, дети!*

*Молодцы вы все, ребята!*

*Сильные, умелые,*

*Дружные веселые,*

*Быстрые и смелые!*

* *А знаете ли вы, как умываются звери и птицы?*
* *Расскажите.*

Показывает модель «Мойся чисто».

* *Как вы понимаете пословицу «С малых лет с водой дружи, в чистоте всегда живи!»*
* *Прочитайте «Письмо ко всем детям по одному очень важному вопросу» Ю. Тувима (см. модель).*
* *А кроссворды отгадывать умеете?*

Мойдодыр предлагает детям решить кроссворд «В ванной».

* *Молодцы! Все предметы, которые вы отгадали, мои друзья. Вы пользуетесь этими предметами? Значит, вы тоже мои друзья.*

Мойдодыр вручает детям желтый лепесток цветика-семицветика. Дети прикрепляют его на ковролин.

**Завтрак**

Воспитатель обращает внимание на «пирамиду питания», подчеркивая необходимость есть полезную пищу, напоминает о том, как правильно есть.

Образовательная ситуация «Крепкие-крепкие зубы»

Приход доктора Градусника:

Доктор:

* *Ребята, отгадайте загадку:*

*Красные двери в пещере моей,*

*Белые звери сидят у дверей.*

*И мясо, и хлеб – всю добычу мою*

*Я с радостью белым зверям отдаю. (губы и зубы)*

* *Зачем зубы зайцу? (чтобы грызть)*
* *Бобренку? (строить себе домик)*
* *Человеку? (пережевывать, «резать» пищу. Здоровые зубы делают нас красивыми).*
* *А вот у некоторых детей уже сейчас зубы начинают болеть, чернеть, шататься. Кто же их разрушает?*
* *Я предлагаю вам решить кроссворд.*

Дети разгадывают кроссворд «сладкоежка».

* *Прочитайте слово, которое получилось в розовых клетках* (сладкоежка)
* *Что значит «сладкоежка»?*
* *А среди вас есть сладкоежки?*

Воспитатель:

* *Доктор, наши ребята знают, что полезно для зубов.*
* *Повторите чистоговорку:*

*«Всем девчонкам и мальчишкам*

*Надо брать пример с зайчишки:*

*Репка, яблоко, морковка –*

*Детским зубкам тренировка».*

Воспитатель:

* *У взрослого человека 32 зуба и каждый из них нужно беречь и охранять. Мы поняли, доктор, что беречь – значит не есть много сладкого, есть больше фруктов, овощей. А что пить, доктор?*

Доктор Градусник:

* *Поменьше сладкого чая, лимонада. Очень полезно пить молоко и кефир.* Воспитатель предлагает детям рабочие листы, и дает задание: Обведите в кружок продукты, полезные для зубов.

Дети отдают листы доктору, он их просматривает, хвалит детей.

* *Доктор, а как же охранять зубы?*

Доктор:

* *Я принес вам подсказку.*
* *Вашим верным товарищем станет тюбик с зубной пастой и зубная щетка. (показ).*

Воспитатель обращает внимание на тюбик.

* *Как вы думаете, почему тюбик ежедневно худеет?*
* *Сколько пасты надо набирать на щетку?*
* *Если зубы чистить каждый день, щеточка скоро станет старой, поэтому ее надо менять каждое время года: осенью, зимой, весной и летом.*

Доктор:

* *А как правильно чистить зубы? (показывает модель «Береги зубы»).*
* *А что надо делать со щеткой после чистки зубов? (обязательно вымыть с мылом, поставить в стаканчик щетинкой вверх).*

Воспитатель:

* *Итак, вы знаете, как правильно и последовательно чистить зубы.*
* *А сейчас решите задачу:*

1. Мама купила в магазине зубную щетку, стаканчик для нее, зубную пасту. Сколько всего предметов гигиены купила мама?
2. На полке стояло 4 стаканчика с зубными щетками. Поставили еще один стаканчик со щеткой. Сколько всего зубных щеток стоит на полке?

Воспитатель раздает детям рабочие листы, и дает задание:

* Сосчитайте зубные щетки и тюбики с зубной пастой, ответы запишите внизу листа.

Доктор:

* *Ребята, вы молодцы! Тюбик готов худеть, чтобы сохранить ваши зубы. Зубная щетка готова облысеть ради здоровых зубов. А я, доктор, готов день и ночь сражаться за ваше здоровье. Главное, чтобы вы помнили все правила, о которых мы сегодня говорили.*

Доктор дарит каждому ребенку набор: тюбик с зубной пастой и зубную щетку. Вручает зеленый листок цветика-семицветика. Дети прикрепляют его на ковролин.

Воспитатель:

* *У меня тоже есть сюрприз для вас.*

Дети смотрят мультфильм «Невероятное путешествие». (В мультфильме рассказывается о приключениях детей и доктора Кролика – стоматолога, которые побеждают кислотных монстров, вызывающих кариес зубов. Дети повторяют основные правила гигиены полости рта).

**Прогулка**

Во время прогулки организуются подвижные игры, соревнования.

После прогулки в группе воспитатель рассматривает с детьми модель «Этими видами спорта ты можешь заниматься».

* *Что такое спорт?*
* *Ты любишь физкультурные занятия? Почему?*
* *Расскажи, что может случиться с человеком, если он будет все время сидеть или лежать? «Больше двигаться стремись и со спортом подружись».*

Воспитатель вручает детям голубой лепесток цветика-семицветика. Дети прикрепляют его на ковролин.

**II половина дня**

1. Гимнастика после сна в кроватях.
2. «Дорожка движения» (пройти по доске пролезть в обруч

потоптаться на массажном коврике перелезть через куб.)

Воспитатель подводит детей к ковролину, на котором «вырастает» цветик-семицветик, отмечает, что цветок еще полностью не вырос, предлагает поиграть.

1. Маршрутная игра «Проверь себя».

Воспитатель вручает детям синий лепесток цветика-семицветика.

* *Ребята! Сегодня вы узнали, как стать сильными, крепкими, здоровыми. Об этом должны знать и ваши родители, как же им обо всем рассказать? Давайте изготовим плакат. Я уже написала название: «Чтобы быть здоровыми, мы будем…»(дети рисуют сюжеты).*

Воспитатель вручает детям фиолетовый лепесток цветика-семицветка.

Дети замечают, что цветок вырос.

Воспитатель хвалит детей за прошедший день, вместе с детьми делает вывод о том, что даже ребенок может научиться заботиться о здоровье.