Конспект занятия с детьми старшего дошкольного возраста в рамках всемирного дня здоровья.

Тема: «Будь здоров!»

Цель занятия: формировать потребности в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии.

Задачи:

1. мотивировать дошкольников к сохранению и укреплению здоровья,
2. формировать интерес к эмоционально – насыщенным командным играм
3. поддерживать благоприятный психологический климат в коллективе сверстников,

Ход занятия:

1. Мысленная картинка под музыку «Здоровый человек». Каждый ребенок рассказывает кого представил и почему считает его здоровым.
2. Беседа о здоровье.
3. «Веселые игры для здоровья»: 1 ) - «Парашют». На простыне в центре, которую дети держат на уровне пояса в слегка натянутом состоянии, размещается мячик. - «Мячу необходимо отправиться на шкаф, на солнце, на планету Земля, на красную звезду, в руки ведущему…»

2 ) – «Массаж. Зоопарк». Действуют дети в соответствии с текстом, выполняют движения на спине друг друга.

3 ) – «Испечём торт». На коврик ложится ребенок на живот, расслабляется. Дети сидят вокруг и кладут ингредиенты, прикасаясь по разному к его спине: мука, молоко, сахар, соль, дрожжи, масло, яйца, замешивают тесто (массируют), «заливают» в форму, гладят, выравнивают. Дышат спокойно, тесто подходит, «ставят» в духовку, вынимают и украшают по желанию.

4 ) – «Песочная фантазия». Каждый ребенок в ёмкости с песком экспериментирует и комментирует почему ему нравятся такие игры.

5) «Шатер дружбы». Забираются в вигвам парой и говорят там хорошие слова, обнимают друг друга.

1. «Релаксация». Лёжа на ковриках, дети расслабляются, дыхание ровное, спокойное, слушают музыку и текст релаксации.

Дети делают вывод: чтоб быть здоровым надо справляться с негативными эмоциями, с плохим настроением, уметь дружить, быть терпеливым, дружелюбным, волевым.

Сроки проведения;

02.04.2024 г – группа «Малинки»

03.04.2024 г – группа «Сказка»

04.04.2024 г – группа «Колокольчик»

05.04.2024 г – группа «Незабудки» Ответственный: педагог-психолог Захарова Т.В.

Фотоальбом мероприятия ко дню здоровья.