



ПОБЕДИТЕЛИ

**III Всероссийского конкурса педагогического мастерства
«К вершинам профессионального успеха – 2017/2018»**

в номинации «Лучший образовательный проект»

Жарикова Галина Петровна, воспитатель;
Квактун Галина Гиршевна (рук. группы),
музыкальный руководитель;
Квактун Ирина Гиршевна,
музыкальный руководитель,
учитель-дефектолог/логопед
Козко Светлана Геннадьевна, воспитатель;
Романова Лариса Алексеевна, воспитатель;
ГБДОУ Детский сад № 120 Выборгского района,
г. Санкт-Петербург, Россия

**Проект «Путешествие в страну здоровья» с
использованием ИКТ для детей с ДЦП и
сложными дефектами (средняя группа)
/мероприятия для познавательного развития детей
посредством получения знаний о здоровом образе жизни
(ЗОЖ) с материалами реализации: видеопрезентацией
«Путешествие в страну здоровья: загадки» и авторской
песней для детей дошкольного возраста «Что такое
витамины?», муз. и сл. Ирины и Галины Квактун/**



Информационная карта проекта

Полное название проекта: «Путешествие в страну здоровья»

Авторы проекта: воспитатели: Жарикова Г. П., Козко С. Г., Романова Л.А.,
музыкальные руководители: Квактун И. Г., Квактун Г. Г.

Продолжительность проекта: четыре недели

Тип проекта: познавательно-игровой; информационно-исследовательский.

Участники проекта: воспитанники, воспитатели, музыкальные руководители,
педагог-психолог, родители.

Возраст детей: 3–7 лет

Проблема, значимая для детей, на решение которой направлен проект:
дети не владеют достаточной информацией о здоровье, здоровом образе жизни и
методах укрепления здоровья.

Цель проекта: Сохранение и укрепление здоровья детей через использование
здоровьесберегающих технологий с учётом индивидуальных возможностей каждого
ребёнка.

Задачи проекта

для детей:

- формировать знания, умения и навыки, которые необходимы для сохранения и укрепления здоровья.
- способствовать повышению информированности дошкольников о здоровом образе жизни, через различные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы.
- воспитывать заботу о своём здоровье и положительное отношение к здоровому образу жизни.

для педагогов:

- формировать представления о вопросах здоровьесбережения детей дошкольного возраста в условиях ДОУ.
- повысить уровень знаний педагогов о проблемах здоровьесбережения детей в условиях семьи и ДОУ.
- объединить усилия с семьями воспитанников для достижения наилучшего результата в вопросе о ведении здорового образа жизни.

для родителей:

- дать представление родителям о значимости совместной деятельности с детьми, о соблюдении навыков гигиены, двигательной активности.
- повышать компетентность родителей о здоровом образе жизни, о здоровом климате в семье через информационные ширмы, памятки, семинар-практикум.

Форма проведения итогового мероприятия проекта: открытое мероприятие

Название итогового мероприятия проекта: «Путешествие в страну здоровья»

Продукты проекта:



для детей:

- Выставка детских работ.

для педагогов:

- Открытое мероприятие для родителей «Путешествие в страну здоровья»
- Отчет с ИКТ на родительском собрании о проведении проекта «Путешествие в страну здоровья»
- Стенгазета: «Путешествие в страну здоровья»
- Ширма «Здоровый образ жизни»

для родителей:

- Выставка, изготовленных совместно с детьми рисунков «Здоровый досуг».
- Фотовыставка «Отдых на природе».
- Посещение семинара –практикума «Семья – это мир, в котором нам уютно» в Клубе для родителей.
- Анкета «Здоровый образ жизни семьи».

Краткое содержание проекта «Путешествие в страну здоровья»

Авторы проекта: воспитатели: Жарикова Г. П., Козко С. Г., Романова Л. А.,
 музыкальные руководители: Квактун И. Г., Квактун Г. Г.

Этапы проекта	Действия детей	Действия педагогов	Действия членов семьи и социальных партнеров
Подготовительный (проблема, планирование, прогнозирование результатов/ продуктов проекта)	1. Знакомство с проблемой; 2. Понимание проблемы 3. Принятие проблемы; 4. Дополнение проблемы новыми идеями.	1. Формулирование проблемы. 2. Определение конечного продукта. 3. Мониторинг родителей по выбранной проблеме. 4. Мотивировать детей и родителей для участия в проекте; 5. Составление “паутинки” проекта; 6. Привлечение других специалистов, (педагога по изобразительной деятельности, педагога-психолога); 7. Изучение методической литературы по проектной деятельности; 8. Поиск аналогов данного	1. Знакомство с проблемой; 2. Понимание проблемы 3. Принятие проблемы; 4. Дополнение проблемы новыми идеями.



		проекта; 9. Описание поэтапной работы над проектом.	
Деятельностный	<p><i>Познавательно-исследовательская деятельность.</i></p> <p>- <u>Беседы</u>: «О здоровом питании», «Чистота – залог здоровья» Правила личной гигиены», «Движение-это жизнь», «Болезнь грязных рук».</p> <p>- <u>Экспериментирование</u> «Очищение воды». Опыт «Узнай по вкусу», «Воздух-невидимка»</p> <p>- Рассматривание иллюстраций «Спортивные игры».</p> <p>- Просмотр презентации «Предметы личной гигиены».</p> <p>- Выкладывание из счётных палочек человека в движении.</p> <p><i>Коммуникативная деятельность.</i></p> <p>- Составление описательного рассказа «Последовательность мытья рук».</p> <p>- Разгадывание загадок о предметах личной гигиены, овощах, фруктах, полезных и вредных продуктах.</p> <p>- Разучивание стихотворений о спорте, о воде, о витаминах, овощах и фруктах.</p>	<p>- Блиц-опрос детей «Что я знаю о здоровье?».</p> <p>- Беседы: «О здоровом питании», «Чистота - залог здоровья», «Правила личной гигиены», «Движение-это жизнь», «Болезнь грязных рук».</p> <p>- Экспериментирование «Очищение воды». Опыт «Узнай по вкусу», «Воздух-невидимка»</p> <p>- Показ презентации «Предметы личной гигиены».</p> <p>- Организация развивающей среды для самостоятельной и образовательной деятельности детей.</p> <p>- Внесение в развивающую среду группы: трафареты, обводки: «Овощи и фрукты», счётные палочки, муляжи фруктов и овощей. Картотека загадок по ЗОЖ, об овощах, ягодах, фруктах.</p> <p>- Иллюстрации «Спортивные игры».</p> <p>- Демонстрационный материал: «Овощи и фрукты», «Ягоды».</p> <p><i>Дидактические игры:</i> «Гигиена зубов», «Мойдодыр», «Я умею одеваться», «Хорошие привычки», «Режим дня», «Съедобное-несъедобное», «Чтобы быть здоровым надо...», «Что где растёт?», «Что вредно, что полезно?», «Эмоции</p>	<p>- Подготовить фотографии для фотовыставки «Отдых на природе»</p> <p>- Изготовление, совместно с детьми рисунков «Здоровый досуг»</p> <p>- Просмотр мультфильма «Ох и Ах».</p> <p>- Анкетирование родителей «Здоровый образ жизни семьи»</p> <p>- Участие во встрече для родителей: «Семья – это мир, в котором нам уютно».</p>



	<p><i>Восприятие художественной литературы и фольклора.</i> К. Чуковский «Мойдодыр», «Айболит». С. Михалков «Прививка», «Про девочку, которая плохо кушала». А. Барто «Очки», «Девочка чумахая». В.В. Ветрова «Букварь здоровья», «Разговор о правильном питании». Г. Зайцев «Дружим с водой». А.Бах «Надо спортом заниматься». Э. Исмаилова «Полезные и вредные привычки в стихах». П.Ефимов «Стихотворение о физкультуре». Г. Немкина «История феи Витаминки».</p> <p><i>Изобразительная деятельность.</i> - Рисование штампами «Фрукты», отпечатки пальцами «Солнышко» карандашами- «Прогулка на природе», гуашью- «Витаминный натюрморт». <i>Лепка:</i> «Овощи и фрукты», «Человек в движении», «Гантели, обручи, мячи». <i>Аппликация коллективная:</i> «Эмоции человека»,</p>	<p>человека», «Ласковое имя», «Цветок настроения», «Предметы гигиены». - Сюжетно-ролевые игры: «День рождения», «Путешествие в лес», «Отдых на море», «Доктор», «Аптека». - Чтение художественной литературы. К. Чуковский «Мойдодыр», «Айболит». С. Михалков «Прививка», «Про девочку, которая плохо кушала». А. Барто «Очки», «Девочка чумахая». В.В. Ветрова «Букварь здоровья», «Разговор о правильном питании». Г. Зайцев «Дружим с водой». А.Бах «Надо спортом заниматься»; Э. Исмаилова «Полезные и вредные привычки в стихах». П.Ефимов «Стихотворение о физкультуре»; Г. Немкина «История феи Витаминки».</p> <p><i>Образовательная деятельность в режимных моментах.</i> - Ежедневная профилактическая работа: утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения, ходьба по «Дорожкам здоровья», проветривание, закаливание, физкультминутки, пальчиковая и артикуляционная</p>	
--	---	---	--



	<p>«Человек в движении», обрывная аппликация: «Витамины на грядке». <i>Игровая деятельность</i></p> <p>- <u>Дидактические игры</u>: «Гигиена зубов», «Мойдодыр», «Я умею одеваться», «Хорошие привычки», «Режим дня», «Съедобное-несъедобное», «Чтобы быть здоровым надо...», «Что где растёт?», «Что вредно, что полезно?», «Эмоции человека», «Ласковое имя», «Цветок настроения», «Предметы гигиены».</p> <p>- <u>Сюжетно-ролевые игры</u>: «День рождения», «Путешествие в лес», «Отдых на море», «Доктор», «Аптека».</p> <p>- <i>Двигательная деятельность</i></p> <p>- <u>Подвижные игры</u>: «Ловишки в кругу», «Сбей кеглю» «Подползи под воротца» «Забей мяч в ворота», «Солнечные зайчики», «Солнышко и дождик».</p> <p>- <u>Пальчиковая гимнастика</u>: «Птички» «Лужи», «Имя громко и тихо», «Замок».</p> <p>- <u>Физкультминутки</u>: «Солнышко проснулось», «Ручки-потянушки».</p> <p>- <u>Дыхательное</u></p>	<p>гимнастика.</p> <p>-Изготовление стенгазеты «Где найти витамины».</p> <p>-Подбор аудиозаписей с музыкой на релаксацию, для зарядки, шумы природы и детские песенки.</p> <p>-<i>Консультация родителей по проекту.</i></p> <p>- Беседы с родителями о работе над проектом «Путешествие в страну здоровья».</p> <p>-Приобщить родителей принять участие в проекте и в выставке рисунков, сделанных совместно с детьми по теме проекта.</p> <p>-Выставка творческих работ детей.</p> <p>-Подготовка анкет для родителей «Здоровый образ жизни семьи».</p> <p>-Организация встречи Семейного клуба: «Семья – это мир, в котором нам уютно» (для снижения психоэмоционального напряжения в семье и гармонизации детско-родительских отношений).</p> <p>-Подбор информационного материала по проекту, дать название литературы для чтения детям дома о спорте и здоровом образе жизни.</p> <p>-Посоветовать посмотреть с детьми мультфильм «Ох и Ах».</p>	
--	--	--	--



	<p><u>упражнение:</u> «Воздушный шарик», Дует ветерок», «Насос», «Аромат цветов вдыхаю». Ходьба по массажным дорожкам. Бассейн. Гимнастика пробуждения: «Солнечный зайчик», « Кошечка», «Велосипед». Артикуляционная гимнастика «Весёлый язычок». - Бодрящая гимнастика: упражнение «Птицы», «Солнышко и дождик», «Деревья и ветер». <u>Безопасность:</u> <u>Беседы:</u> «Вредная еда для зубов», «Безопасные игры в разное время года», «Болезнь грязных рук», «Когда я ем, я глух и нем». - <u>Дидактические игры:</u> «Одежда для зимы», «Что полезно для зубов?», «Колюще- режущие предметы», «Что вредно глазам?». <i>Музыкальная деятельность.</i> - Прослушивание аудиозаписи «Шумы природы», «Болезнь куклы», «Новая кукла» П. И. Чайковский. - <u>Музыка для зарядки:</u> «Солнышко лучистое любит скакать», «Весёлая зарядка»,</p>		
--	---	--	--



	«Барбарики», Песня «Закаляйся, если хочешь быть здоров!» - <u>Музыка для релаксации</u> перед сном. - <u>Песни:</u> «Что такое витамины», «Вместе весело шагать».		
Завершающий (презентация продуктов проекта и рефлексия – размышления над новым знанием или опытом)	- Участие в совместной образовательной деятельности по теме проекта. - Экспериментирование «Очищение воды», «Узнай по вкусу», «Воздух-невидимка». - Выставка творческих работ детей: «Витаминный натюрморт», «Прогулка на природе», «Эмоции человека».	-Выставка творческих работ «Витаминный натюрморт», «Прогулка на природе», «Эмоции человека», «Здоровый досуг» . -Стенгазета «Будь здоров всегда!» -Показ открытого мероприятия с ИКТ «Путешествие в страну здоровья»	- Участие в выставке рисунков, изготовленных совместно с детьми по теме проекта. -Участие в фотовыставке «Отдых на природе»

Конспект НОД по ЗОЖ (здоровый образ жизни) для детей с ДЦП и сложными дефектами (средняя группа) с ИКТ «Путешествие в страну здоровья»

Цель: Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей.

Задачи:

Коррекционно-образовательные:

1. Формирование у детей знаний и навыков о здоровом образе жизни и постоянной заботе о своем здоровье.
2. Приобщение детей к регулярным занятиям физкультурой, соблюдению режимных моментов и ежедневным гигиеническим процедурам.
3. Закрепление знаний о пользе витаминов и их значение для жизни и здоровья человека.

Коррекционно-развивающие:

1. Развитие познавательно-эмоционального интереса,
2. Развитие двигательной и мыслительной активности детей,



3. Развитие мелкой моторики рук.

Воспитательные:

1. Воспитание желания быть здоровым, интереса к спортивным играм,
2. Воспитание уважительного отношения друг к другу и чувствам, как своим, так и партнёра по общению,
3. Профилактика нарушений детско-родительских отношений.

Материалы и оборудование:

- картинки с изображением продуктов,
- три домика с разными цветами крыш,
- презентация с загадками гигиенических средств,
- проектор, магнитофон, диск с музыкой,
- полянка с цветами, сердечко,
- картинки-станции,
- мягкие кресла для релаксации,
- прожектор.

Ход НОД

Звучит песня «Закаляйся, если хочешь быть здоров!» (—)

Воспитатель: Ребята, посмотрите, как сегодня у нас много гостей. Давайте поздороваемся с ними и пожелаем нашим гостям здоровья.

Дети: Здравствуй!

Воспитатель: Как вы думаете, что значит быть здоровым?

Дети: Быть **здоровым** это значит быть сильным, не болеть, быть крепким, выносливым, не кашлять, не чихать, быть веселым.

Воспитатель: Ребята, а вы знаете, что за морями, за лесами есть чудесная страна – **страною «Здоровья» зовётся она.** Я приглашаю вас отправиться в путешествие в эту страну. Хотите?

Дети: Да!

Воспитатель: Отправляемся в путь, устраивайтесь на ковре самолёте и представьте себе, что вы летите на облачке мягком, воздушном, легком и впереди вас светит теплое, ласковое солнышко. Оно манит вас ярким светом, ласкает вас своими теплыми лучиками и приглашает в страну «Здоровья».

Звучит спокойная музыка.

СТРАНА «ЗДОРОВЬЯ»

Воспитатель: А теперь открывайте глаза, улыбнитесь и в стране «Здоровья» очутитесь. Но перед нами преграда, страна «Здоровья» на замке, и чтобы пройти туда нужно открыть замок, но он не простой, а волшебный, чтобы он открылся нам нужно сделать волшебную пальчиковую гимнастику. Начнем?
(Дети выполняют пальчиковую гимнастику):



Начинаем колдовать,
Двери в сказку открывать,
Хоть замочек очень крепкий,
Металлический и цепкий,
Мы его сперва покрутим,
А потом слегка подуем.
Покачаем – раз, два, три.
Дверь, замочек, отвори.
Двери открываются,
Путешествие начинается

• Город «Спортивный»

Воспитатель: И вот перед нами первый город. (*Рассматриваем плакат.*) Посмотрите внимательно, в какой город мы с вами попали? Как он может называться? Почему вы так думаете? Чем дети занимаются на плакате? (*Ответы детей.*) Правильно, и первая наша остановка в городе «Спортивный». Здесь все жители занимаются спортом, чтобы быть здоровыми. Послушайте, какой в этом городе девиз: «**Чтобы день твой был в порядке, начинай его с зарядки!**»

Воспитатель: Ребята, а для чего делают зарядку?

Дети: Чтобы проснуться, быть здоровым, зарядиться бодростью.

Воспитатель: Утро в этом городе начинается с зарядки! А вы, ребята, умеете делать зарядку? Давайте покажем. (*Динамическая переменка*):

На лесной полянке,
Звери делают зарядку.
Белка головой в стороны качает-
Мышцы шеи разминает.
Полосатенький енот
Изображает вертолёт
Лапками машет назад и вперед,
Словно собрался в далёкий полёт.
Серый волк немного сонный,
Выполняет он наклоны:
Ты, волчишка, не ленись!
Вправо, влево наклонись,
А потом вперёд, назад,
Получишь бодрости заряд!
А мишка-топтыжка на месте стоит,
Лапками топает и вдаль все глядит.
Ну а зайчики-попрыгайки,
Дружно прыгают как мячик



Воспитатель: Молодцы. Хороший город, он зарядил нас бодростью, и теперь мы сможем продолжить путешествие. Нас уже ждут в другом городе.

Звучит музыка «Вместе весело шагать».

Воспитатель: Ребята, посмотрите вокруг какая чистота, вы, наверное, догадались, в какой город мы попали?

• **Город «Чистота»**

Воспитатель: Это город «*Чистота*». Послушайте, какой девиз в этом городе.

**«Надо, надо умываться по утрам и вечерам,
А нечистым трубочистам – стыд и срам! Стыд и срам!»**

(Раздается стук в таз): Что за шум, это кто к нам спешит? Угадали кто это? Это Мойдодыр, умывальников начальник и мочалок командир.

Мойдодыр: Что за гости к нам пришли и микробов нанесли. Вы, наверное, с утра не умываетесь никогда.

Воспитатель: Уважаемый Мойдодыр, наши детки аккуратные, все знают о гигиене.

Мойдодыр: А вот мы и проверим.

— Когда нужно мыть руки? *(Ответы детей.)*

— Сколько раз нужно чистить зубы? *(Ответы детей.)*

— Что нужно делать, чтобы быть чистыми? *(Ответы детей.)*

Ну, молодцы, а теперь отгадайте загадки про моих помощников.

Презентация о гигиенических средствах.

(Слайд 1) Гладко, душисто, моет чисто-чисто

Из рук ускользает что это? Кто знает?

(Мыло)

(Слайд 2) Мама голову мне моет. То намылит, то промоет.

У нее в руках флакон. Очень интересный он.

Пены много, только дунь. Это детский мой ...

(Шампунь)

(Слайд 3) На себя я труд беру: пятки, локти с мылом тру

И колени оттираю — ничего не забываю!

(Мочалка)

(Слайд 4) Костяная спинка, жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит, нам усердно служит.

(Зубная щетка)

(Слайд 5) Оказались на макушке два вихра и завитушки.

Чтобы сделать нам причёску, надо что иметь?

(Расческу)

(Слайд 6) Вафельное и полосатое, ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою - что это такое?

(Полотенце)

(Слайд 7) Если руки наши в ваксе, если на нос сели кляксы,

Кто тогда наш первый друг, смочет грязь с лица и рук?

(Вода)

Мойдодыр: Вижу, вы ребята смывленные, все загадки разгадали. А теперь хочу с вами поиграть. Давайте мы покажем, как правильно мыть руки и лицо.

(Речь с движением):

Надо нам перед едой

(все дружно шагаем)



Мыть руки с мылом и водой	(намыливаем руки)
Чтобы злой презлой микроб	(пазы руками)
Не забрался к нам в живот.	(гладим по животу)
Водичка, водичка	(руки ладошками вверх)
Умой мое личико	(круговые движения рук по лицу)
Чтобы глазки блестели	(движения руками вокруг глаз)
Чтобы щечки краснели	(трем щечки круговыми движениями рук)
Чтоб смеялся роток	(улыбаемся)
Чтоб кусался зубок.	(стучим зубками)

Воспитатель: Спасибо тебе, Мойдодыр, что напомнил нам правила гигиены, но нам пора отправляться дальше. До свидания!

Воспитатель: Молодцы, ребята, теперь мы смело можем дальше отправляться в путь.

Звучит музыка «Вместе весело шагать».

• **Город «Витаминный»**

Воспитатель: И вот мы прибыли в город **«Витаминный»**. Послушайте **девиз** этого города:

«Витамины - это жизнь! С ними нужно всем дружить

Витамины потребляй, и здоровье прибавляй!»

А вот нас с вами встречает старый знакомый Карлсон. Здравствуйте!

Карлсон: Здравствуйте, ребята! А у меня для вас гостинцы. Я много чего приготовил – здесь и чипсы, сухарики, хот-доги и газировка моя любимая, сникерсы, торты, варенье, конфеты.

Воспитатель: Карлсон, а ты разве не знаешь, что в твоих гостинцах много вредной еды. Есть надо продукты богатые витаминами, чтобы быть **здоровыми и не болеть**. Ребята давайте поможем разобраться Карлсону, где полезные, а где вредные продукты для здоровья. Я буду называть полезные продукты для здоровья, вы будете хлопать, а когда вредные, вы будете молчать.

Игра: «Полезно–вредно».

Воспитатель: Посмотрите, Карлсон, сколько разнообразных вкусных, полезных продуктов нас окружает, а главное, сколько витаминов в них.

Карлсон: Витаминов? А что такое витамины?

Воспитатель: Садитесь Карлсон рядом с детьми и слушайте. Я начну, а вы мне ребята поможете рассказать Карлсону про витамины.

—У витаминов, как и у вас, есть имена. Зовут эти витамины **так**: "А", "В" и "С". Все эти витамины живут в домиках. А домиками для них являются разные продукты, которые мы с вами видим и едим. Но больше всего витаминов в овощах и фруктах. Давайте поближе познакомимся с ними. Посмотрите, у меня есть три домика с крышами разных цветов, в них живут витамины.

Игра «Витаминные домики».



Воспитатель: В домике с красной крышей нас встречает Витамин «А» (*воспитатель показывает картинку*). Подберите картинки с изображением продуктов, где есть этот витамин.

— **Витамин «А»** помогает нам расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы.

— **Витамин «В»** встречает нас в домике с синей крышей. Подберите картинки, где есть этот витамин. **Он помогает нам иметь хороший аппетит, быть сильными, всегда быть в хорошем настроении.**

— **Витамин «С»** встречает нас в домике с зеленой крышей. Подберите картинки, где есть этот витамин. **Этот витамин помогает нам реже простужаться, быстрее выздоравливать, быть бодрыми.**

Какие красивые и полезные у нас получились домики. Молодцы, ребята!

Песня «Что такое витамины», муз. и сл. Ирины и Галины Квактун.

Карлсон: Спасибо, ребята, что помогли мне разобраться, где полезные, а где вредные для здоровья продукты. Я теперь буду, есть только полезные продукты, богатые витаминами. До свидания!

Воспитатель: Ну, а мы, ребята, продолжим наше путешествие по стран «Здоровья».

Звучит фонограмма музыки «Вместе весело шагать».

• **Город «Настроение»**

Воспитатель: Мы пришли с вами в город **«Настроение»**. Здесь живут очень добрые, всегда веселые и приветливые жители. Давайте узнаем их девиз:

«Смейся в день сто раз и больше, весельчак живет всех дольше!»

А, вот и Фея цветов нас встречает. Здравствуйте, Фея!

Фея; Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть в нашем городе «Настроение».

Ребята, как вы думаете, здоровье зависит от нашего настроения?

Дети: Да!

Фея: Человек может радоваться и огорчаться, веселиться, плакать. От того, какое настроение у человека зависит его здоровье. Улыбка – это залог хорошего настроения. Так мы дарим себе и друг другу здоровье и радость. А ещё помогают сохранить хорошее настроение? (*Дети отвечают: «Добрые слова».*) И мы с вами поиграем в игру.

Игра «Комплименты»: дети встают в круг, передавая надувное сердечко, говорят какое-нибудь ласковое слово своему соседу.

Фея: Ребята, какие вы замечательные и как много вы знаете добрых и ласковых слов. От таких слов наше настроение улучшается и хочется улыбаться.



Фея: А сейчас мы с вами пройдем на мою цветочную полянку. Посмотрите, ребята, какая красивая цветочная полянка. Давайте полюбуемся этими чудесными цветами, отдохнем и подышим нежным, ароматным воздухом.

Дыхательная гимнастика «Аромат цветов»: встать, положить ладони себе на грудь. Сделать медленный вдох через нос, стараясь не поднимать плечи.

Задержать дыхание и медленно выдохнуть, произнося: «А-а-ах!».

Повторить 3-4 раза.

Педагог-психолог: У Феи цветов есть помощники – садовники, они помогают её саду всегда оставаться цветущим и радовать всех гостей. А вы знаете, что детей тоже иногда сравнивают с цветами, уважаемые взрослые, вы готовы превратиться в помощников Феи цветов и стать садовниками, а ребята под нашу волшебную музыку превратятся в семечко, из которого вырастит замечательный цветок.

Дети занимают свободные места и по возможности приседают или садятся и группируются, изображая семечко. Звучит музыка со звуками природы.

Педагог-психолог: Однажды садовник посадил семечко, садовник очень бережно заботился о нём, рыхлил землю, поливал, следил, чтобы солнышко согревало землю. Появился маленький, нежный росток. Садовник очень обрадовался, он продолжал заботиться о расточке, каждый день наблюдал, как он поднимается вверх, как его стебель набирается сил от земли, всё так же заботливо рыхлил землю, поливал, протирал листочки. Росток становился всё сильнее, всё выше тянулся к солнышку, он чувствовал заботу и защиту садовника, и от этого ему было тепло и уютно, с каждым днём он становился всё краше и сильнее. Его стебель был крепким и гибким, корни прочно держали его в земле, он не боялся никаких ветров, листья были сочными и шелковистыми, появился прекрасный бутон и распустился великолепный цветок. Садовник любовался результатами своих трудов, а цветок дарил радость ему и всем, кто его видел. У нас получилась целая поляна прекрасных цветов, но вам пора в путь, Фея цветов снова превратит вас в наших замечательных детей.

Все слова сопровождаются действиями, которые показывает ведущий, остальные взрослые повторяют. Важно, чтобы рядом с каждым ребёнком оказался взрослый, если ребенку трудно стоять, взрослый помогает ему постепенно выровнять осанку принять уверенную позу, выполняя поглаживания.

Фея: Дорогие мои гости, вы хорошо отдохнули? Зарядились хорошим настроением и самочувствием? *(Ответы детей)*. А теперь возьмите с собой по красивой цветочку, который отражал бы ваше настроение. Молодцы! Вы все выбрали яркие цветы, значит у вас замечательное настроение и у меня то же. До свидания, ребята! Мне с вами было очень весело и хорошо.

Дети: До свидания!



Заключительная часть.

Воспитатель: Наше путешествие по стране «Здоровья» подошло к концу. Сейчас закрывайте глаза, мысленно представляйте, что вы сидите на облаке, поднимаетесь вверх и возвращаетесь в детский сад.

Облако – лети, лети, в детский сад ребят верни,
Раз, два, три, четыре – открываем глаза шире!

Воспитатель: Вам понравилось путешествие в страну «Здоровья»? Давайте дадим маленькие советы нашим гостям.

Каждый твердо должен знать:

Здоровье надо сохранять.

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься,

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться

И всегда дружить с водой.

И тогда все люди в мире

Долго-долго будут жить.

И запомним, что **здоровье**

В магазине не купить!

Все вместе: Будьте здоровы!

Песня «Закаляйся, если хочешь быть здоров!»