

## Подготовительная к школе №6 Мягкова О.В. «Быть здоровыми хотим .»

### Познавательное развитие

-Поиграйте с детьми «Какой наступит день после..» ,тем самым вы закрепите еще раз последовательность дней недели.

- «Соедини » проверите умение ребенка соотносить количество предметов с числом;

-«Ну-ка порешайка!» Решать примеры в пределах второго десятка;

- «Графический диктант» ,продолжайте закреплять умение ориентироваться на листе в тетради в клетку;

«На какую геометрическую фигуру, похож..»- закрепить знания о геометрических фигурах.

- «Объясни-ка! » уточните с ребенком умение ориентироваться в пространстве по отношению к себе и отражать в речи их пространственное расположение (слева, справа, вверху, внизу, левее, правее, выше, ниже, перед, за, между, рядом и др.)

### Речевое развитие «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».

Беседы: «Что такое здоровье?», «Значение режима дня в жизни человека»; сравнительно-описательный рассказ «Больной - здоровый».( - Ребята, как вы думаете, что значит быть здоровым? Здоровы человек, это какой человек? (не болеет, весёлый, радостный, когда всё получается, хорошее настроение, ничего не болит). А вы любите болеть? А болеть это хорошо или плохо? А почему плохо?

- А как вы двигаетесь? «Движение – это жизнь»- Как вы, понимаете эти слова? (движение развивает мышцы, укрепляет сердце, надо заниматься физкультурой; тот, кто часто ходит пешком, много бегает, прыгает, не сидит долго перед телевизором – тот всегда весел и здоров)

- Почему мы на зарядке выполняем разные дыхательные упражнения? (Ответы: чтобы наш организм обогащается кислородом, улучшают работу сердца, снимают усталость, напряжение).

**Обучение грамоте.** Поиграйте с детьми «определять место звуков [ф], [ф'] в словах.» ( в начале,середине и конце слова).Поделите слова на слоги и поставьте ударение (выделив голосом)

- «Смотри во все глаза». Уточните знания детей о том, что глаза являются одним из основных органов чувств человека ; как ты считаешь ,почему ?(С помощью глаз видит предметы, цвет,размер, форму, перемещение предметов. Глаза помогают человеку передвигаться в нужном направлении, ориентироваться в пространстве и во времени.)Зрение надо беречь,глаза охранять .Загадайте загадки:

\*На двух коленях бочка,

На бочке-кочка,

А на кочке –лес. (человек)

\*Горшочек умен,

Семь дырочек в нем. (голова)

\*Два Егорки

Живут возле горки,

Живут дружно,

А друг на друга не глядят. (глаза)

### **Физическое развитие .**

-«Пройди(пробеги) – не задень» вместе с ребенком выполните ходьбу между кеглями в среднем темпе на носочках, руки на пояс (или за голову), сохраняя хорошую осанку (голову и спину держать прямо); а потом бег «змейкой» между кеглями.

-«Пронеси не урони»-выполните упражнение на равновесие. Главное – соблюдать ритмичность движения, сохранять устойчивое равновесие, удерживая мешочек на голове (руки произвольно)

-«Мой веселый мяч» .Побросайте малый мяч о стену и попробуйте поймать его после отскока .

### **Художественное творчество.**

**-Рисование ««Спортивный зал. Спортсмен.»**Вместе с ребенком вспомните виды спорта и нарисуйте спортсмена. Проанализируйте особенности фигуры человека, соотносите по величине и пропорциям, как части одной фигуры Уточните у ребенка ,как можно нарисовать фигуру спортсмена (в движении- руки подняты, согнуты, туловище наклонено и пр.) в разных видах спорта: (бег, прыжки, элементы борьбы, гимнастика, лыжная ходьба, фигурное катание). Не забудьте отобразить в рисунке спортивный инвентарь, характерный для того или иного вида спорта . Развивайте технические навыки раскрашивания - штриховки. Вам понадобятся : бумага белого цвета (альбомный формат,) цветные и простые карандаши.

**- Рисование "Витамины для здоровья»** Вместе с детьми поговорите о том, как витамины влияют на организм человека, об их пользе и значении витаминов для здоровья человека.

-Какого человека называют здоровым ? А вы умеете беречь свое здоровье?Что вы делаете, чтобы быть здоровыми? Как заботитесь о нем? что вы знаете о витаминах? Где они живут?

-Выучите с детьми пословицы «Здоровье дороже богатства»;«Ешь чеснок и лук- не возьмет недуг»;«Яблоко в день- доктор за дверь». Уточните ,как вы вместе с ребенком , правильно расположите рисунок на листе бумаги; как передадите форму и цвет предметов; последовательно выполняйте рисунок.

**-Лепка «Вместе делаем зарядку»** Что значит быть здоровым человеком? Если мы с вами будем делать каждый день зарядку, то будем здоровы. Какие упражнения у вас самые любимые? Вылепите самих себя, выполняющих эти упражнения. Обратите внимание на пропорции, предложите ребенку поменять положение рук и ног, показать наиболее выразительные позы. Прежде чем приступить к работе разогрейте ваши пальчики и поиграйте в пальчиковую игру которая называется: *«Пальчики на прогулке»*.

Пошли пальчики гулять, *(Руки сжаты в кулачки, а большие пальцы "бегут" по столу)*

А вторые догонять *(«Бегут» указательные пальцы)*

Треть пальчики бегом, *(Средние пальцы "бегут")*

А четвертые пешком. *(«Идут» безымянные пальцы в развалку)*

Пятый пальчик поскакал *(Касаться стола ритмично обоими мизинцами, будто прыгает зайчик)*

И в конце пути упал. *(Стукнуть кулаками по столу)*