**Реферат на тему**

**«Здоровьесберегающие технологии в детском саду».**

Чтобы сделать ребенка умным и  рассудительным, сделайте его

крепким и здоровым: пусть он

 работает, действует, бегает, кричит, пусть он находится

 в постоянном движении!

**Подготовила :**

Физ. Инструктор МКОУ « Гимназии

Табасаранского района» Фарзалиева С М.

Здоровье — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка –вот самое главное, что необходимо сделать нам , педагогам ДОУ. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка –это основа формирования личности. Физическое здоровье неразрывно связано с их психологическим  здоровьем, эмоциональным благополучием. Дошкольное образовательное учреждение имеет потенциальные возможности для формирования у детей здоровье сберегающей культуры, навыков ЗОЖ. Это связано с системностью дошкольного образования, возможностью поэтапной реализации поставленных задач с учетом возрастных и психологических возможностей детей-дошкольников. Здоровье сберегающие технологии одни из  наиболее значимых  среди известных технологий по степени влияния на здоровье детей.

**Здоровьесберегающие технологии**в дошкольном образовании - технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования-задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей. В связи с этим актуальной становится интегрированное включение здоровье сберегающих технологий в образовательное пространство ДОУ. Назначение таких технологий – объединить педагогов, медиков, родителей и самое главное – самих детей на сохранение, укрепление и развитие здоровья. Здоровье сберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребенка и педагога, ребенка и родителей, ребенка и медицинского работника.

**Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании**

**Применительно к ребенку***–*обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание вале логической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, вале логической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

**Применительно к взрослым***–*содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и вале логическому просвещению родителей.

**Задачи:**

* сохранить здоровье детей;
* создать условия для их своевременного и полноценного психического развития;
* обеспечить каждому ребенку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства.

Здоровье сберегающая деятельность в нашем ДОУ осуществляется в следующих видах:

**Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:**

* медико-профилактические;
* физкультурно-оздоровительные;
* технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
* здоровье сбережения и здоровье обогащения педагогов дошкольного образования;
* вале логического просвещения родителей; здоровье сберегающие образовательные технологии в детском саду.

***Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании*** – технологии, обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие технологии: организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровье сберегающей среды в ДОУ.

***Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании*** – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы. Отдельные приемы этих технологий широко используются педагогами в разных формах организованного педагогического процесса: НОД, режимные моменты, свободной деятельности детей.

**Подвижные и спортивные игры**проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, а также на прогулке, в групповой комнате — со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.

**Релаксация.**Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения

**Пальчиковая гимнастика**проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, но особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

**Гимнастика для глаз**проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время ее проведения используется наглядный материал, показ педагога.

**Дыхательная гимнастика**проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

**Бодрящая гимнастика**проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В ее комплекс входят упражнения на пробуждение, коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание.

**Технологии обучения здоровому образу жизни:**

1.Утренняя гимнастика

2. Физкультурные занятия

 3.Серия игровых познавательных занятий «Азбука здоровья». 4.Самомассаж

5. Активный отдых(праздники , досуги.)

6.Недели здоровья**.**

**Неделя здоровья-** замечательная традиция дошкольных учреждений. О правильного образа жизни и занятий спортом говорится детям часто , полезные привычки пропагандируются постоянно . но сильнее всегомотивируют малышей к движению в направленни ЗОЖ необычная форма мероприятий. На «Неделе здоровья» проводятся игровые и познавательные занятия , сочетаются разные виды датской деятельности- все, что нравится детям .

Что такое «Неделя здоровья»

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников одна из основных целей педагогического процесса в ДОУ. Экологические проблемы , перенасыщение информацией , стрессовые – ситуации – эти и многие другие неблагоприятные факторы современной жизни сказываются на физическом и психическом состоянии детей. Работники детского сада осуществляют постоянную пропаганду активного и здорового образа жизни.

Неделя здоровья в детском саду- это комплекс интересных мероприятий на каждый день недели, с целью которого является поддержание положительной мотивации к ЗОЖ у дошкольников и их родителей.

 **Проект «Неделя здоровья»**

**Актуальность проекта**:

Самой актуальной на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. Из года в год увеличивается количество детей не только с врождёнными заболеваниями, но и с приобретёнными в процессе жизни дефектами здоровья.

В связи с этим нами был разработан проект «Недели здоровья», девизом которого является «Ты счастлив завтра, если думаешь о здоровье сегодня! »

**Цель проекта:** Формировать представление у дошкольников о здоровом образе жизни, умение заботиться о своём здоровье.

**Задачи проекта:**

Пропагандировать здоровый образ жизни.
Подвести к осознанию потребностей ребёнка в знаниях о себе и о своём здоровье.
Учить детей оценивать и прогнозировать своё здоровье.

Формировать навыки ухода за телом, создавать условия для закаливания, выработать стойкую привычку к самомассажу;

Рассказать детям о витаминах и полезных продуктах;

Знакомить детей с возможными травмирующими ситуациями. Учить некоторым правилам оказания первой медицинской помощи в случае травм (ушиб, порез, ссадина, вызов скорой помощи)

**Тип проекта: физкультурно -оздоровительный**

Продолжительность: краткосрочный

Сроки реализации: с 06.06.2022 по 10.06.2022.

**Участники:** дети подготовительной группы группы, воспитатели, родители

**Ожидаемые результаты:**

- Знать несложные приёмы самооздоровления;

- Иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (соблюдение режима, правильное питание, чистота тела, спорт);

- Повышение речевой активности, активизация словаря;

- Полученный опыт позволит избежать несчастных случаев;

- Приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни, что позволит снизить заболеваемость детей.

- Повысится заинтересованность родителей в ведении здорового образа жизни своего и ребёнка

**Этапы реализации проекта:**

**1-й этап – подготовительный**

Его цели:

- изучить методическую, научно - популярную и художественную литературу по теме;

- подобрать иллюстративный материал по данной теме, игрушки, атрибуты для игровой, познавательной, театрализованной деятельности;

- составить план мероприятий на каждый день, картотеку стихов, загадок, пословиц, массажа, зрительной и дыхательной гимнастики

- привлечь родителей к совместной работе с ДОУ по воспитанию культуры здоровья у детей старшего дошкольного возраста

На данном этапе необходимо обозначить проблему:

- Как сохранить своё здоровье в условиях Заполярья?

**2-й этап – Основной**

Работа с детьми по дням недели:

**Понедельник – «Сохрани своё здоровье сам» 10.06.2022 г.**

***Цель:*** Воспитать у детей осознанное отношение к своему организму:

***Задачи:*** бережно и заботливо к нему относиться, формировать у детей представление о здоровом образе жизни, научить детей любить себя и свой организм, закрепить знания о полезных и вредных привычках, формировать негативное отношение к вредным привычкам, воспитывать желание помогать себе сохранить здоровье, прививать любовь к физическим упражнениям.

* Режимный момент “В гостях у доктора Айболита”.
* заучивание пословиц и поговорок о здоровье;
* рассматривание иллюстраций: «Почему заболели ребята»
* Беседа: «Что я знаю о здоровье?»
* Дид.игра «Полезно-вредно», «Что нам нужно для здоровья» (с мячом)

Цель: закрепить знания о предметах личной гигиены, спортивных снарядах, развивать внимание.

* Сюжетно - ролевая игра «Больница» (приложение1)- дать детям представление о деятельности разных врачей (лор, терапевт, хирург, формировать эмоционально- познавательное общение детей друг с другом и со взрослыми, воспитывать интерес к медицинским профессиям, желание заботиться о своём здоровье.
* Чтение художественной литературы Шорыгина Т.  «Зарядка и простуда»

**Вторник - «Я и мое тело» 07.06.2022 г.**

***Цель:*** Формировать понятие, что здоровому организму нужна физкультура, закалка, правильное питание.

***Задачи:***Познакомить с главными органами человеческого организма (сердце, желудок, лёгкие, печень), расширять знания детей об организме человека, научить любить себя и свой организм, вызвать желание заботиться о своём организме, о своём здоровье, беречь своё здоровье.

* Беседа «Мое тело»
* Рассматривание иллюстраций «Тело человека», «Органы человека».
* Эксперементирование «Определи плоскостопие»
* Рассматривание портретов людей разной внешности.
* Загадывание загадок про части тела (Приложение 2).
* Наблюдение на прогулке «Чем отличаемся мы от детей младших групп
* Чтение художественной литературы Жаброва Е. «Будь спортивным и здоровым»

**Среда – «День Витаминки» 08.06.2022 г.**

***Цель:*** Помочь детям понять, что здоровье человека зависит от правильного питания, объяснить, что еда должна быть не только вкусной, но и полезной.

* Познавательное занятие «Режим питания»
* Упражнение «Знакомство с продуктами питания»
* Рисование «Овощи и фрукты – полезные продукты»
* СЦЕНКА: "Реклама овощей". Вторая половина дня:
* Беседа: «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»
* Д/и «Приготовь витаминный салат», «Фруктовый салат», «Фруктовое канапе»
* Разукрашивание картинок с овощами и фруктами

**Четверг – «Как мы победили болезнетворных микробов» 09.06.2022 г.**

***Цель:***формирование у детей ценностного отношения к здоровью.

***Задачи:***Дать представления о микроорганизмах (растут, размножаются, питаются,  дышат), их пользе, вреде;познакомить с простыми способами борьбы с болезнетворными бактериями;воспитывать потребность вести здоровый образ жизни, применять информацию для решения поставленных задач).

* беседа с медсестрой детского сада о болезнетворных микробах;
* Беседы: «Кто такие микробы?», «Что любят микробы?», «Отчего прокисает молоко?», «Враги микробов», «Микробы и вирусы – враги нашего здоровья»;
* Выращивание лука для отпугивания микробов – вирусов;
* Сочинение сказок про микробов;
* составление рассказов детьми на темы: «Мне микроб не страшен», «Что такое здоровый образ жизни», «Правильное питание»;
* рассказывание о пользе лука воспитанникам ДОУ
* совместная деятельность «Микробы и вирусы – враги нашего здоровья»;
* чтение детьми потешек, коротких стихотворений, пословиц (приложение 3).
* ручной труд «Изготовление защитных средств от микробов «чесночниц» ( цветок с чесноком);
* использование музыки для релаксации в совместной деятельности;
* слушание песен по теме «ЗОЖ»

.

**Пятница –  «Чистота – залог здоровья» 10.06.2022 г.**

***Цель:*** Довести до сознания детей необходимость и важность соблюдения гигиенических процедур, поддерживать чистоту тела, продуктов, помещений.

* Лаборатория: «Чистим зубы – избавляемся от микробов» - закрепить правила ухода за зубами, правильной чистке и уходе за зубной щёткой
* Чтение худ. литературы Яснов М. "Я мою руки".
* Просмотр мультфильмов;
* Изготовление книжек–малышек.**.**

***Цель:*** Познакомить детей с распорядком дня. Показать важность соблюдения режима в укреплении здоровья каждого человека; закрепить понятие о значимости режима дня; воспитать желания придерживаться правил по его выполнению, развивать память и мышление, умение рассуждать, делать умозаключения.

* Беседа «Наши верные друзья – режим дня»
* Выполнение упражнений по схемам
* **Праздник «День здоровья».**

**Работа с родителями:**

1. Знакомство с мероприятиями проекта, включение родителей в ход проекта.

2. Анкетирование родителей «О здоровье всерьёз»

3. Консультации: «Закаляемся правильно», «Безобидные сладости»

4. Картотека «Сундучок бабушкиных рецептов»

5. Изготовление газеты родителями «Будь здоров», информационных буклетов: «Гимнастика маленьких волшебников». Массаж волшебных ушек», «Игровой массаж для закаливания дыхания «Поиграем с носиком» (самомассаж носа.)

**3-й этап – заключительный.**

Итогом всей нашей работы станет:

- презентация «Неделя здоровья» и праздник «День здоровья».

Выводы:

- Погружение детей в тему недели даст им возможность глубоко осознать, прочувствовать то, что до них хочет донести педагог;

- Работа в данном направлении будет интересна не только педагогам, но и родителям, так как они будут вовлечены в воспитательно - образовательный процесс, что позволит им сделать правильный выбор в развитии и сохранении здоровья своего ребёнка.

**Литература для детей:**

Анпилов А. «Зубки заболели»

"Благинина Е. "Прогулка"

Жаброва Е. «Будь спортивным и здоровым»

Зайцев Г.  «Уроки Мойдодыра»

Кан Е. "Наша зарядка"

Карганова Е. «Наоборот»

Крылов А. "Как лечили петуха"

Кудашева Р. "Петушок"

Кузнецов А. "Кто умеет?"

Лубянко Н. «Гимнастика»

Маяковский В. "Что такое хорошо и что такое плох

Пословицы и поговорки о здоровье

Рыжова Л. «Деловой человек»

Сизова Н.О."Валеология"

Силенок  Е. «Мойдодыр»

Суслов В. "Про Юру и физкультуру"

Токмакова И. "Мне грустно – я лежу больной"

Успенский Э. "Дети, которые плохо едят в детском саду"

Фразеологический словарь для детей

Чуковский К.И. "Айболит", "Мойдодыр"

**Список литературы.**

Интернет ресурсы .

 Журнал «Дошкольное образование»,

« Первое сентября».

**МУЛЬТФИЛЬМЫ О СПОРТЕ И  ЗДОРОВЬЕ**

 «Ёжик и здоровье», «Азбука здоровья», «Мойдодыр»; «Королева Зубная щетка», «Планета вредных привычек», «Будь здоровье»

«Смешарики» из цикла «Азбука здоровья»:

**ЭССЕ: зачем необходимы здоровьесберегающие технологии в физическом воспитании дошкольников.**

Я считаю, что здоровьесберегающие технологии в физическом воспитании дошкольников просто необходимы. В последнее время пристальное внимание уделяется вопросам оздоровления подрастающего поколения, но количество здоровых детей,  снизилось почти в три раза. Поэтому оздоровление и воспитание потребности к здоровому образу жизни являются важнейшими задачами, стоящими перед обществом. Перед  детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей. Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании направлены на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей. Применение в работе дошкольного учреждения здоровьесберегающих технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, если будут созданы условия для возможности корректировки технологий. Если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов и родителей. Я считаю, что в детском саду необходимо создать условия для укрепления здоровья детей, гармоничного физического развития. Спортивные площадки, тренажёрный и спортивный залы, которые оснащены стандартным и нестандартным оборудованием необходимым для комплексного развития ребёнка. В каждой возрастной группе должны быть оборудованы уголки двигательной активности, которые должны быть оснащены согласно возрасту всем необходимым оборудованием. Для каждой возрастной группы должен быть составлен режим двигательной активности, разработана система закаливания с учётом сезона, возраста. В каждый вид деятельности должны быть включены упражнения, игры, которые направлены на укрепление и здоровьесбережение детей. Дозировка и темп зависит от возраста детей, настроения.

Каждый педагог, работающий в дошкольном учреждении должен  достичь цели здоровьесберегающих технологий: обеспечить выпускнику школы высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья. В настоящее время здоровый образ жизни не занимает пока первое место в главных ценностях человека в нашем обществе. Я думаю, если мы научим детей ценить, беречь и укреплять свое здоровье, будем  личным  примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Наблюдения показывают, что использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяют воспитанникам более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а педагогу эффективно проводить профилактику асоциального поведения.

 **Приложение 1**

Конспект сюжетно-ролевой игры «Больница» в старшей группе

Цель: расширить представления детей о профессиях врача, медицинской сестры, их заботливом отношении к **больным людям**, формировать знания социальных отношений, обучение навыкам культурного поведения в поликлинике.

Задачи:

1. Формировать игровые действия по теме **больница**, выстраивать цепочку игровых действий по теме.

2. Закрепить ранее полученные знания о труде врача, обогащать словарь, развивать речь детей;

Экскурсия в медицинский кабинет, в **больницу**.

Занятия по ознакомлению с профессиями. Игра *«Доктор»*,беседы на тему: "Поход к врачу в поликлинику" и др. дидактические **игры**; *«Кто это?»*, «Кому что нужно, *«Что делает?»*.

Чтение:

К. Чуковский *«Айболит»*, В. Сутеев *«Про бегемота, который боялся прививок»*;

рассматривание иллюстраций *«****Больница****»*.

Ход игры:

Входят в **группу**, встают вокруг воспитателя.

Организационный момент:

Воспитатель: я загадаю вам сейчас загадку, кто отгадает, узнает в какую игру мы сегодня будем играть.

Кто на свете всех полезней

Лечит от любых болезней?

Кто всегда в халате белом,

Занят самым нужным делом?

Кто, лишь только вы войдете,говорит:

«Откройте ротик и скажите громко: а-а-а!

Не болит ли голова?»

Кто заботливый и добрый?

Ну конечно, это … *(доктор)*.

Значит, в какую игру мы с вами сегодня будем играть?.

Дети: *«****Больница****»*

Воспитатель: Кто же у нас сегодня будет в роли врача? *(выбираем детей на роль врача)*

Считалочка:

Раз, два, три в кружочек встали,

игроков пересчитали,

где начало? где конец?

выйдет тот, кто молодец.

А еще врачу, ребята, нужна помощница – медицинская сестра. И сегодня я хочу побыть в роли медсестры. *(Воспитатель)* *(воспитатель и ребенок одеваются)*.

Воспитатель: дети кто из вас будет мамой? Кто папой? *(выбирают и в уголке ряженья ищут себе одежду)*

Посмотрите что-то ваши детки-куклы грустные сидят, почему-то плачут и кричат (проходим в игровой уголок; дети выбирают себе *«детей-кукол»*).

Воспитатель: Что же у них произошло?»

*(Кирилл читает стихотворение)*

Наши куклы заболели

Утром даже не поели.

Еле глазки открывают,

Не смеются, не играют

Целый день они молчат

Даже мама не кричат.

Воспитатель: Как же помочь вашим деткам?

Дети: Нужно отвести в **больницу на прием к врачу**.

Воспитатель: Правильно. Я приглашаю вас в нашу **больницу на прием к врачу**.

Медсестра: проходите, сейчас я раздам вам талончики. *(раздает талончики с номерами)*.

Медсестра : Возьмите ваш талончик, пожалуйста.

Пациент: Спасибо. *(раздает каждому пациенту)*

Медсестра : Чтобы не толкаться, не мешать друг другу можно присесть на стульчики, подождать своей очереди.

Медсестра : Не забывайте, в **больнице должно быть тихо**, нельзя шуметь, не мешать доктору лечить **больных детей**.

Доктор говорит, что можно проходить!

Первый пациент.

Врач: Здравствуйте, **больной**! Проходите, садитесь! Что у вашей дочки болит? На что жалуетесь?

Пациент: Здравствуйте, доктор. Моя дочка упала и поцарапала руку.

Врач: Давайте посмотрим, что у вас с рукой. Какая **большая рана**, сейчас мы её обработаем, смажем йодом и наложим повязку. *(делает сам, а медсестра помогает)*

Выздоравливайте. До свидания.

Пациент: Спасибо, до свидания.

Второй пациент.

Пациент: Здравствуйте.

Врач: Здравствуйте. Проходите, садитесь. Расскажите, что случилось? Что вас беспокоит?

Пациент: У моего сына болит живот.

Врач: Давайте я пощупаю животик. Поднимите рубашку пожалуйста, расслабьтесь. *(врач осматривает****больного****, щупает живот)*. Что же вы сегодня кушали?

Пациент: Ничего не захотел!

Врач: Вам нужно кушать **побольше витаминов и фруктов**.

Медсестра выпишите **больному таблетки**, пожалуйста.

Врач: Выздоравливайте. До свидания.

Пациент: Спасибо, до свидания.

Третий пациент

Врач: Здравствуйте, как вас зовут?

Пациент: Здравствуйте, доктор.

Врач: Расскажи мне, что у вас случилось?

Пациент: У моей дочки болит горлышко и высокая температура.

Врач: Пройдите к медицинской сестре, она вам даст градусник, чтобы узнать есть ли у вас температура или нет. *(ставим градусник подмышку)*. Температура высокая. Давайте посмотрим горлышко, скажите *«ААА»* *(шпателем смотрит горло)*. О-о! Горло у вас красное. Вам нужно полоскать горло. Сейчас мы ее послушаем. Дыши – не дыши. Хрипов нет.

Медсестра выпишите, пожалуйста, **больному таблетки и микстуру**, а также направление на прогревание. Таблетки принимать по 1 штуке 3 раза в день.

Врач: Выздоравливайте. До свидания.

Пациент: Спасибо, до свидания.

Четвертый пациент

Врач: Здравствуйте, проходите, садитесь.

Пациент: Здоровается

Врач: Расскажи мне, что у вас случилось?

Пациент: У моего сынишки болит спина. *(щупает спину у пациента)*

Врач: Пройдите к медицинской сестре, она сделает ему обезболивающий укол.

Врач: А я вам выпишу мазь, и направление на лечебную физкультуру.

Врач: Выздоравливайте. До свидания.

Медсестра: У нас в **больнице** есть кабинет лечебной физкультуры, чтобы нам быть здоровыми, сильными и никогда не болеть! А для этого нужно обязательно делать зарядку.

Все делаете зарядку? Давайте сделаем ее вместе.

Физкультминутка РАЗМИНКА

Мы на плечи руки ставим,

Начинаем их вращать.

Так осанку мы исправим.

Раз-два-три-четыре-пять!

*(Руки к плечам, вращение плечами вперёд и назад.)*

Руки ставим перед грудью,

В стороны разводим.

Мы разминку делать будем

При любой погоде.

*(Руки перед грудью, рывки руками в стороны.)*

Руку правую поднимем,

А другую вниз опустим.

Мы меняем их местами,

Плавно двигаем руками.

(Одна прямая рука вверх, другая вниз, плавным

движением одна рука опускается, а другая одновременно — поднимается.)

А теперь давайте вместе

Пошагаем все на месте.

*(Ходьба на месте.)*

Воспитатель: Все люди проходят медицинский осмотр, делают прививки, осматриваются врачом. Видите, ребята, врачи помогают и взрослым, и детям. За это мы им скажем хором

Дети: Спасибо!

Воспитатель: А, чтобы вы не заболели, доктор всем нам прописал принять витамины! *(Раздаем витамины, конфетки)*.

**Приложение 2.**

**Загадки части тела.**

Стоят два кола,
На колах – бочка,
На бочке – кочка,
На кочке – лес дремучий.(***Человек***)
\*\*\*

\*\*\*

Тебе дано,

А люди пользуются. (***Имя***)

\*\*\*

Брат с братом через дорожку живут,
А друг друга не видят. (***Глаза***)
\*\*\*

В гнезде — яйцо,
На яйце — птица,
Птица яйцо
Крылом укрывает,
От ветра и дождя
Охраняет. (***Веки***)
\*\*\*

На ночь два оконца сами закрываются,
А с восходом солнца сами открываются. (***Веки и глаза***)
\*\*\*
Между двух светил посередине он один.(***Нос***)
\*\*\*
Вот гора, а у горы –
Две глубокие норы.
В этих норах воздух бродит
То заходит, то выходит. (***Нос***)
\*\*\*

Есть у каждого лица

Два красивых озерца.

Между ними есть гора.

Назови их детвора! (***Глаза и нос)***

*Приложение3*

Здоровье дороже богатства.
Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в тепле.
Болезнь человека не красит.
Кто долго жует, тот долго живет

Береги платье снова, здоровье смолоду.
Добрый человек здоровее злого.
Здоровый хвалит пекаря, а хворый — лекаря.
Больной, что ребёнок.

Больному и киселя в рот не вотрёшь.
Ешь чеснок и лук — не возьмёт недуг.
Сладко есть и пить, по врачам ходить.
Здоровье дороже денег.

Здоров буду и денег добуду.
Здоровья не купишь.
Вечерние прогулки полезны, они удаляют от болезни.
Доброе слово лечит, а злое калечит.

В здоровом теле — здоровый дух.
После обеда полежи, после ужина походи.
Сидеть да лежать, болезни поджидать.
Больному и мёд горек.