

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 33 «Звёздочка» муниципального образования Абинский район

Игровой двигательный тренинг  
«Формирование осмысленного отношения дошкольников к своему  
здоровью».

Старший дошкольный возраст.  
Тема. Физические упражнения и здоровье.

Воспитатель старшей группы Павленко Ирина Викторовна.

Цель: продолжать формировать у детей знания об условиях, способствующих  
физическому развитию ребенка;

Задачи:

- формировать знания о видах двигательной активности;
- развивать стремление заниматься спортом;
- воспитывать желание ежедневно выполнять комплекс упражнений  
утренней гимнастики;
- воспитывать произвольность, настойчивость;
- развивать креативность мышления.

Оборудование и материалы:

- мультимедийная установка;
- слайды для сопровождения тренинга;
- кубок для шеринга
- смайлики
- микрофон
- обручи
- физкультурное оборудование по видам спорта
- мячи
- дидактическая игра «Вредное - полезное»

Ход - тренинга

Шеринг

*Упражнение «Знакомство».*

Педагог: Здравствуйте, ребята! Я воспитатель - Ирина Викторовна.

А вас как зовут.

(дети все вместе называют свои имена)

Педагог: подождите, ребята, я не очень поняла, кого как зовут. Попробуем  
еще раз – берет смайлик, кладет в кубок – Я Ирина Викторовна, люблю  
заниматься спортом.

(ребята подходят со смайликами и называют свое имя и любимое занятие).

Педагог: отлично, теперь мы познакомились.

Ребята, я пришла к вам за помощью. У меня в группе есть мальчик Рома. Он часто болеет и поэтому редко бывает в детском саду. А он очень хочет ходить в детский сад. Как ему помочь? Вы сможете решить эту проблему. Что делать Роме?

(Ребята так же наперебой выдвигают гипотезы).

Педагог: хорошо, хорошо. Но почему, я пять вас не поняла. Как и во время знакомства.

Упражнение «Правила».

Дети: потому что, мы говорим все сразу.

Педагог: верно. Вот для того, чтобы мы могли общаться, нужно установить правила, а потом их придерживаться. Как вы думаете, какие правила, мы можем выработать в нашей группе.

Дети:

- Слушай ответ товарища до конца, не перебивай.
- Помогай соседу.
- Сначала думай, а потом - говори.

(показ правил на слайде).

Педагог: правила, мы установили, и попробуем решить проблему.

II. Основная часть

Упражнение «Микрофон»

Педагог: Что же такое быть здоровым? Возьмите микрофон и выскажите свои мысли.

Дети высказывают свои предположения, передавая друг другу микрофон.

Педагог: Замечательно, я услышала - чтобы быть здоровым нужно делать зарядку. А, вы любите делать зарядку? Что, правда? Докажите!

Физминутка. Упражнения с любым физкультурным оборудованием.

Правило «Стоп»

Педагог: зарядку мы сделали – она помогает быть здоровым. Но я слышала, что Рома делает зарядку, но всё равно болеет. Значит что-то он делает не так. Может ещё подумаем? В этом нам помогут картинки-загадки.

Дидактическая игра «Вредное - полезное».

Полезные дела мы отнесём Роме (картинка Ромы высвечивается на слайде), а вредные оставим здесь.

Работа в группе. «Что хорошо и что вредит здоровью»

Педагог: и так, мы с вами выяснили - для здоровья нужно правильно питаться и делать зарядку. И ещё я услышала, что нужно заниматься спортом. Посмотрите, вот это всё спорт? (показывает на размещенное вокруг физкультурное оборудование).

Дети: да.

Педагог: А какие это виды спорта, давайте разберёмся.

Упражнение «Минутка творчества».

Дети выбирают оборудование и выполняют любые движения с ним.

Педагог: Отлично. (Идет обсуждение, что можно делать с этим оборудованием)

Педагог: отлично. А теперь попробуйте назвать свой вид спорта.

Работа в группах «Виды спорта»

Рефлексия.

Педагог: спасибо, ребята, вы столько предложили вариантов быть здоровым, что всё я не запомнила. Хотя, кое-что я помню. (Берет мяч и кидает в баскетбольное кольцо). Чтобы Роме быть здоровым нужно принимать витамины и закаляться. Подскажите ещё.

Дети: (выбирают свой способ передачи информации).

- делать утреннюю гимнастику;
- заниматься в спортивной секции;
- играть на свежем воздухе;
- ходить на прогулки;
- посещать уроки физкультуры;
- выполнять физминутки.

Педагог: смотрите, если Рома всё будет выполнять, то он станет здоровым. (На слайде высвечивается радостный образ Ромы.) И я вам желаю быть крепкими и здоровыми.