Оздоровительно - познавательный досуг для детей подготовительной к школе группы.

Веселый праздник Новый год. Здоровому -все здорово.

Цель: Формировать умение работать в коллективе. (эмоциональное сближение и позитивное настроение детей. ) стимулировать потребность воспитанников вести здоровый образ жизни; Развивать пространственное восприятие и воображение, память, мышление и внимание; развивать словарный запас и активизировать речевые функции; формировать творческие способности и артистические умения; Формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей, закрепить знания детей о зимних видах спорта. Формировать интерес к русским народным традициям и обычаям.

 Место проведения. Помещение группы

 Предварительная работа. Проведение в рамках Дня здоровья, оздоровительно-познавательных досугов Наши верные друзья – пальчики, Дороже алмаза – твои два глаза, Праздник красоты и здоровья, ежедневные зарядки, корригирующие гимнастики, побудки после дневного сна и беседы о необходимости беречь свое здоровье с малых лет, вести здоровый образ жизни. Подвижные игры, дидактические и др. по теме Здоровый образ жизни.

 Оборудование: Послание от Деда Мороза

1. Воспитатель рассказывает детям откуда пришел обычай отмечать Новый год.

 Когда на Руси впервые стали отмечать Новый Год 1 января?

С 1700 года Царь Петр издал указ - отмечать Новый год не со дня сотворения мира, а Рождества Богочеловека, ссылаясь на европейские народы. Запрещено было отмечать 1 сентября, а 15 декабря 1699 года барабанный бой возвестил народу на Красной площади (из уст царского дьяка) о том, что в знак доброго начинания и начала нового столетия после благодарения Богу и молебного пения в церкви велено было по большим проезжим улицам, и знатным людям перед воротами учинить некоторое украшение от древ и ветвей сосновых, еловых и можжевеловых. А людям скудным (т.е. бедным) хотя по древу или ветви над воротами поставить. И чтоб то поспело к 1-му числу 1700 сего года; а стоять тому украшению инваря (т. е. января) по 7-е число того же года. В 1-й день, в знак веселья, друг друга поздравлять с Новым годом, и учинить сие, когда на Красной площади огненные потехи начнутся, и стрельба будет.В указе рекомендовалось по возможности всем на своих дворах из небольших пушечек или мелких ружей учинить трижды стрельбу и выпустить несколько ракет. С 1-го по 7 января по ночам огни зажигать из дров, или из хвороста, или из соломы.Первым пустил ракету царь Петр I. Извиваясь в воздухе огненной змейкой, она возвестила народу наступление Нового года, а вслед за тем началось празднование и по всей Белокаменной.В знак всенародного праздника палили из пушек, а вечером, в темном небе вспыхивали разноцветные невиданные прежде огни фейерверка. Полыхала иллюминация. Люди веселились, пели, танцевали, поздравляли друг друга и дарили новогодние подарки. Петр I неуклонно следил за тем, чтобы этот праздник был у нас не хуже и не беднее, чем в других европейских странах.Был он человеком решительным и одним махом разрешил все календарные неудобства.К началу царствования Петра Великого в России был год 7207 (от сотворения мира), а в Европе 1699 (от Рождества Христова). Россия начинала устанавливать связи с Европой и такая разница во времени очень мешала. Но с этим было покончено. Именно с 1 января 1700 года народные новогодние забавы и веселья получили свое признание, а празднование Нового года стало носить светский (нецерковный) характер.Отныне и навсегда этот праздник был закреплен в российском календаре. Вот так и пришел к нам Новый год, с елочными украшениями, огнями, кострами (которые Петр приказал устраивать по ночам с 1 по 7 января с помощью зажигания смоляных бочек), поскрипыванием снега на морозе, зимними детскими забавами ? санками, лыжами, коньками, снежными бабами, Дедом Морозом, подарками...Надо сказать, что новые новогодние обычаи прижились у славян довольно быстро, потому что раньше в ту пору был другой праздник святки. И многие старые обряды веселые карнавалы, проделки ряженых, катание на санях, полночные гадания и хороводы вокруг елки хорошо вписались в ритуал встречи Нового года.И хоть морозно было в эту пору, но не страшил людей холод. Как вы знаете, жгли они на улицах костры, исполняли вокруг них танцы, призывая солнце (которое испокон веков обожествляли) согреть скованную снегами и морозами землю.

2. Хороводная игра

Воспитатель спрашивает детей

 Ребята, что такое хоровод?

Дети: Это народная игра в кругу с движениями, с пением, с пляской.

Воспитатель: Какие хороводы вы знаете?

Дети: Хороводы на день рождения.

Воспитатель: Верно. В старые же времена водили парни и девушки хороводы на лугу около костра на день Ивана Купалы и на другие народные праздники.

Воспитатель: Дети, чем отличается новогодний хоровод от других хороводов?

Дети: Он проходит около ёлки, все пляшут в карнавальных костюмах и масках.

Воспитатель:Послушайте загадку:

“Что же это за девица:

Не швея, не мастерица

Ничего сама не шьёт,

А в иголках круглый год?” (Ёлка)

Воспитатель: Послушайте стихотворение “Ёлка” (автор В.Донникова), читает

Вот она, ёлочка наша,

В блеске лучистых огней!

Кажется всех она краше,

Всех зеленей и пышней.

В зелени прячется сказка:

Белая лебедь плывет,

Зайчик скользит на салазках,

Белка орехи грызет.

Вот она, ёлочка наша,

В блеске лучистых огней!

Все мы от радости пляшем

В день новогодний под ней.

Дети под руководством воспитателя заводят хоровод

Хороводная.

Хоровод, хоровод, пляшет маленький народ,

Танцевать у нашей ёлки мы готовы целый год.

Красота, красота, наша ёлочка густа

Не достанешь до макушки, вот какая высота.

Под кустом, под кустом, кто – то с рыженьким хвостом,

Это рыжая лисичка, под кусточком лисий дом.

Снег идет, снег идет, здравствуй, здравствуй, Новый год,

До чего ж у нас веселый возле ёлки хоровод.

Хоровод, хоровод, пляшет маленький народ,

Танцевать у нашей ёлки мы готовы целый год.

3. Воспитатель достает письмо от Деда Мороза и читает:

Ребята!.. Забудем печаль и невзгоду,

Веря, что счастье нас ждет:

Юноше Бодрому, Новому году,

Старый дорогу дает.

Дети, исполнив обычай старинный

Что бы мне вам пожелать?

Слушайте лучше, друзья дорогие:

В новом грядущем году

Пусть не скудеют в нас чувства благие

К Родине, чести, труду. Чтобы ребятам здоровыми быть - к спорту дорогу должны проложить, Дайте ответ на загадки мои, чем мы зимой заниматься должны.

Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!» -

Значит там игра – ….

Хоккей

На белом просторе две ровные строчки,

А рядом бегут запятые да точки.

Лыжня

Две новые,

кленовые Подошвы двухметровые.

В них поставил две ноги —

И по большим снегам беги!

(Лыжи)

Две курносые подружки

Мчатся, мчатся друг за дружкой.

Обе ленты на снегу

Оставляют на бегу.

(Лыжи)

С горки я лечу стрелой,

Резвы кони подо мной.

Две полоски на снегу

Оставляют на бегу.

(Лыжи)

Два коня у меня,

Два коня.

По воде они возят меня.

А вода

Тверда,

Словно каменная!

(Коньки)

Льется речка – мы лежим,

Лед на речке – мы бежим.

(Коньки)

Каждый вечер я иду

Рисовать круги на льду.

Только не карандашами,

А блестящими…

(Коньками)

Мчусь как пуля я вперед,

Лишь поскрипывает лед,

Да мелькают огоньки.

Кто несет меня? …

(Коньки)

Дождались зимы друзья;

По реке бегут, скользя.

Лед срезают, как ножи,

Выполняя виражи.

(Коньки)

Я катаюсь на нем

До вечерней поры.

Но ленивый мой конь

Возит только с горы.

А на горку всегда

Сам пешком я хожу

И коня своего

За веревку вожу.

(Санки)

Тащили их на горку,

Чтоб устроить гонку.

(Санки)

Этой палкой бей смелее,

Чтоб удар был, как из пушки,

Эта палка – для хоккея

И она зовется …

(Клюшка)

Долго ходом шли коньковым

Друг за дружкою втроем,

Было очень нелегко им

Забираться на подъем.

Вдруг отточенным движеньем

Хвать винтовки – и стрелять!

Бьют прицельно по мишеням,–

Раз, другой, четыре, пять.

И помчались под уклон.

Что же это? …

(Биатлон)

Меня хлопали лопатой,

Меня сделали горбатой,

Меня били, колотили,

Ледяной водой облили.

И скатились все потом

С моего горба гуртом.

(Ледяная горка)

4. Беседа о здоровье. Ребята, но чтобы мы могли весело встретить Новый год – мы должны быть здоровыми, так как еще русская народная пословица говорит Больной – и сам не свой. Как вы думаете, какой смысл в этой пословице? Какие еще пословицы и поговорки вы знаете о здоровье?

Болезнь человека не красит.

Больному сердцу горько и без перцу.

Где пиры да чаи там и немочи.

Здоровье не купишь.

Нездоровому все не мило.

 Еще в старину люди знали, что здоровье – наше богатство, но для того чтобы быть здоровым, организм необходимо укреплять. Для этого существует множество упражнений и веселых игр. Давайте поиграем в русскую народную игру Снежинки, ветер и мороз. (игра воспитывает спокойное восприятие холодных качеств природы как радостных и полезных, стимулирует двигательную активность. Она дает возможность детям выразить свои симпатии друг к другу). Дети – снежинки встают парами лицом друг к другу и хлопают в ладоши, приговаривая

Ой, летят, летят снежинки

Словно белые пушинки

На дороги на поля,

Стала белой вся земля.

На каждое слово делают хлопки то в свои ладоши, то в ладоши товарища. Далее приговаривают Дзинь, Дзинь – пока не услышат сигнал Ветер! Снежинки разлетаются в сторону и и сбегаются в большую снежинку на несколько кружков. На сигнал Мороз! Все выстраиваются в общий круг и берутся за руки. В игру можно включать разные движения- подскоки, легкий или быстрый бег, кружение парами. Поиграв в группе, дети играют на улице во время прогулки.

5. Корригирующая гимнастика – Стройные как елочка. (с использованием упражнений для правильной осанки и упражнения для профилактики миопии)

Нарядная, пахучая, зеленая, колючая

Елочка на праздник к ребятне пришла…

(Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки ― на пояс.

На счет 1 ― руки вверх, спину прогнуть, правую ногу ― назад ― на носок;

2 ― вернуться в исходное положение;

3 ― руки вверх, спину прогнуть, левую ногу ― назад ― на носок;

4 ― вернуться в исходное положение

Повторите это упражнение 5 раз.)

Наклонитесь вправо, наклонитесь влево,

Здравствуй ты, зеленая – леса королева.

(Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки ― на пояс.

На счет 1 ― наклонить туловище влево;

2 ― вернуться в исходное положение;

3 ― наклонить туловище влево;

4 ― вернуться в исходное положение

Повторите это упражнение 3 –5 раз.)

Здравствуй, елка снежная – из леса пришедшая.

Здравствуй, ты высокая – из леса далекого.

(Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки ― на пояс.

На счет 1 ― наклон вперед, руками коснуться носка правой ноги;

2 ― вернуться в исходное положение;

3 ― наклон вперед, руками коснуться носка левой ноги

4 ― вернуться в исходное положение

Повторите это упражнение 3 –5 раз.)

Мы собьем сосульки с веточек твоих,

Ты теперь порадуешь деточек родных!

(Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки ― на пояс.

На счет 1 ― повернуть корпус влево, левую руку ― влево;

2 ― вернуться в исходное положение;

3 ― повернуть корпус вправо, правую руку ― вправо;

4 ― вернуться в исходное положение

Повторите это упражнение 5 раз)

Мы развесим мишуру, яркие гирлянды

Шарики стеклянные, Солдаты оловянные.

( И.п. – удобно сесть. Позвоночник прямой, взгляд устремлен вперед. Взгляд направить: влево, прямо, вправо, прямо – вниз, прямо – вверх. Повторить от 1 до 10 раз.)

Поглядите влево, Поглядите вправо

Нам от этих красок глазки защипало.

(Выполнять упражнения легко, без малейшего напряжения. Не задерживаться в определенных положениях. Взгляд сместить по диагонали: влево – вниз. Прямо – вправо – вниз, прямо – вправо – вверх, прямо – влево – вверх, прямо. Повторить от 1 до 10 раз.)

Нарисуем елочке яркие шары

Пусть она нас радует в праздничные дни

(Круговые движения глаз. От 1 до 10 кругов влево, вправо. Вначале быстро, затем как можно медленнее.)

А теперь закроем глазки

Здравствуй скажем Новогодней сказке…

(Потереть ладони друг о друга (около 1 минуты.) и легко, без усилий прикрыть ими закрытые глаза, чтобы полностью загородить их от света. Облокотиться на стол и посидеть спокойно 3-4 минутки. Дайте «расслабиться» и мозгу. Старайтесь это время ни о чем не думать.)

6. Рисуем зимние виды спорта. (в перерывах используем упражнения с карандашом для развития тонких движений пальцев и подготовки к овладению письмом).