ЗДОРОВЫЙ ДУХ, В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ.

ЦЕЛЬ: Закрепить культурно – гигиенические навыки у детей, приобщать детей к здоровому образу жизни.

ЗАДАЧИ: Воспитывать аккуратность, чувство взаимопомощи. Развивать двигательные навыки. Выполнять физические упражнения правильно и слаженно. Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах. Способствовать у детей чувство удовлетворения от двигательных заданий. Создать радостное эмоциональное настроение.

Оборудование: 2ведерка,3 обруча, 2 корзины, маленькие мячики, мусор, плакат полезные и вредные продукты.

ХОД: Дети свободно входят в зал.

Ведущий: Ребята как вы понимаете что такое здоровье ( ответы)

Когда мы здороваемся что мы желаем (здравствовать )

Что нужно делать, чтобы быть здоровыми (ответы)

Делать зарядку обязательно?

Мыть руки перед едой?

Закаляться?

Чистить зубы?

Заниматься физкультурой и спортом?

Вот сейчас и будем соревноваться, в соревновании участвуют две команды.

Команда (овощи) и команда ( фрукты)

Ведущий: Все собрались, все готовы? Бегать и играть готовы? Ну, тогда не зевай и не ленись на разминку становись.

Танец цыпленок пи

Молодцы хорошо размялись, а теперь отгадайте загадку.

Зимой падает, весной журчит, летом шумит, осенью капает. ( вода)

Ведущий: А для чего нужна вода. ( ответы )

Эстафета: « ловкие водоносы» дети проносят ведерки с водой вокруг конуса и возвращаются на место.

Ведущий: От простой воды и мыла у микробов тают силы.

Эстафета: Собери банные принадлежности. В обруче лежат мыло, зубная щетка, полотенце, вихотка, веревка, мяч, ручка. Дети должны взять нужные принадлежности и принести в свой обруч.

Ведущий: А какую еду нужно кушать, чтобы быть здоровым. (ответы)

Характер здорового человека:

Красивый, стройный, сутулый, стройный. Сильный, толстый, ловкий, крепкий, бледный, неуклюжий, румяный, подтянутый. Дети должны найти правильное. Молодцы вы справились.

Ведущий: Чистоту мы соблюдаем!

Быстро мусор собираем.

Игровое задание: дети собирают разбросанный мусор. В корзинки. Молодцы.

Ведущий: Витамины всем полезны,

Витамины всем нужны.

Ведь от хвори и болезней

Всегда спасают нас они!

Игровое задание: дети собирают раскиданные витамины , кто больше соберет.

Ведущий: Сейчас мы узнаем, знаете ли вы пословицы.

Больной лечись, а здоров ( берегись)

В здоровом теле здоровом здоровый( дух)

До свадьбы (заживет)

Одна кожа да (кости)

У кого что болит, тот о том и (говорит)

Еле - еле душа в (теле)

Здоровье дороже (богатства)

Курить здоровью (вредить)

Молодцы вы хорошо справились, с заданием знаете пословицы.

Ведущий: Грязнуль и нерях мы не уважаем!

Все белье мы сейчас постираем!

Танец (стирка)

Я хочу всем сказать большое спасибо, вы справились. А вам понравилось, (ответы)

Мы вручаем вам грамоты за участие празднике . А в группе вы нарисуете рисунки на тему «ЗДОРОВЬЕ И МЫ»