

Афанасьева Ирина Владимировна

Воспитатель

МБДОУ "Детский сад №10 "Росинка" г.Куса"

День здоровья для детей 3- 4 лет.

Тема: «Милый Зайка заболел».

*«Движение – это жизнь! Жизнь – это движение!»*

Цель: формирование у детей интереса к играм занятиям физической культурой.

Задачи:

1. Развивать быстроту и слуховое восприятие воспитанников.
2. Формировать привычку выполнения гигиенических процедур.
3. Воспитывать желание быть активным и здоровым.

Оборудование и материалы: скамейки, диван, ориентиры (флаг, канат), кубики большого и малого размера, большая морковь (игрушка), конверт с письмом, корзина, яблоки (орехи) на каждого участника мероприятия.

Персонаж: Зайка.

Ход мероприятия.

- Здравствуйте, ребята. Вы меня узнали? (дети отвечают)

Да, верно, я - Зайка, я очень люблю поспать, ничего не делать, посмотреть как можно больше мультфильмов. Но сегодня меня это не радует, ведь я очень сильно заболел. Я написал письмо доктору Айболиту. Он подсказал мне в письме о том, как вылечиться.

- Вы мне поможете, ребята, вылечиться? (дети отвечают)

- Давайте скорее лечиться!!!

Зайка достает из кармана письмо и начинает его читать:

*Чтобы быть здоровым надо никогда нам не зевать.*

*Как проснулся – первым делом процедуры выполнять...*

Задание №1 «Доброе утро!»

Все дети становятся по кругу спортивного зала. Зайка называет процедуры и все вместе их выполняют под музыкальное сопровождение. (Потягушки, мытье рук, мытье лица, чистка зубов, мытье головы)

*А когда умылся ты, то на кухню сходи.*

*Холодильник открывай, овощи смело доставай!*

Задание № 2 «Передай морковь другу».

Зайка берет свою большую морковь. Всем детям предлагается поднять руки вверх и хлопать. Морковь передается следующему человеку по кругу под музыку. После остановки музыки ребенок, у которого в руках оказалась морковь, выходит в центр круга, надевает маску Зайца и прыгает.

*Зайка долго не ленись, ты хотя бы приберись.*

*Ты давай не унывай хвост с дивана поднимай!*

Задание № 3 «Порядок».

Приглашается первая команда. Зайка на центре зала раскладывает кубики разного размера (чем больше, тем интереснее). Корзины для сбора кубиков стоят в углу зала. По сигналу Зайки все дети должны как можно быстрее собрать их в корзины.

Затем приглашается вторая команда.

*Дома чисто - хорошо, только это уж не все.*

*Чтоб здоровым, крепким быть нужно на улицу ходить.*

Задание № 4 «Прыгуны на свежем воздухе».

Приглашаются 4 человека, выстраиваются в шеренгу около первого ориентира. Нужно проскакать вместе с Зайкой до второго ориентира и побежать обратно.

*Зайка мал, не очень смел, подарить что-то хотел.*

Задание №5 «Подарок».

Задача детей по сигналу (имя) добежать до Зайки. Зайка говорит: «Это тебе мой подарок!» Затем ребенок возвращается на свое место.

*Если ты все выполнял правильно заданья*

*То болезни не страшны, завершим соревнования!*

- Ребята, спасибо, что помогли мне вылечиться! Я больше не болею, ведь мы выполнили все задания от Доктора Айболита! Ура! А что мы делали, чтобы не болеть? (ответы детей).