День здоровья в дежурной группе.

Данное мероприятие проводится с целью закрепления знаний о здоровом образе жизни, привития понимания, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье с детства. **Цель мероприятия**: пропаганда здорового образа жизни.

Задачи мероприятия:

- прививать любовь к спорту и физкультурным упражнениям;

- развивать морально – волевые качества: быстроту, силу, ловкость, выносливость, умение взаимодействовать друг с другом;

- дать детям понимание того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье с детства; повышать защитные силы организма;

- закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека. вызвать у детей положительные эмоции.

Предварительная работа: беседы о здоровье, спорте, здоровом образе жизни, о том, как сохранить свое здоровье; просмотр мультфильмов по данной тематике; рассматривание альбомов, книг, фотографий, презентаций о видах спорта, спортсменах; рисование на данную тему.

Ход мероприятия

Дети собираются на площадке детского сада (если хорошая погода

Воспитатель: Ребята, нашем детском саду самые закаленные ребята, никогда не болеют, любят спорт и физкультуру, это правда? (ответы детей) у вас сегодня день здоровья, а что вы знаете о здоровье? (ответы детей) А с чего надо начинать свой день? (с зарядки) Правильно, ну что ж, начнем веселую зарядку? Вместе с солнышком встаем, на зарядку мы идем Раз, два, не зевай, И зарядку начинай Дети выполняют зарядку по показу воспитателя под любую

В: Ну что ж, скажем все спасибо зарядке, а теперь пришло время для вкусной и здоровой пищи, т.е. время завтрака, «День здоровья» только начинается. Всем приятного аппетита.

ӀӀ. Дети собираются на площадке группы.

В: Все съели кашу? Значит, у вас есть силы, чтобы справиться с моими заданиями. А сейчас мы проверим, какие вы спортивные, ловкие и смелые.

В:Знаете ли вы, ребята, что полезно, а что вредно? Громко дайте мне ответ: что полезно, а что нет.  – Чистить зубы по утрам?  – А по вечерам?  – Кушать чипсы?  – Пить фанту и кока-колу?  – Мыть руки перед едой?  – Объедаться конфетами и мороженым?  – Гулять на свежем воздухе?  – Во время дождя ходить по лужам?  – Делать по утрам зарядку?  – Поздно ложиться спать?  – Кушать овощи и фрукты? В: Ну что ж, молодцы, ребята, теперь я вижу, что все вы здоровы.

В:Ну, а чтобы не болеть, нужно заниматься физкультурой и спортом.

А сейчас приступим к играм, эстафетам. Команды готовы к соревнованиям?

Тогда начинаем. «Передай мяч» Дети, стоя в колонне друг за другом, передают мяч на вытянутых руках, последний участник, получив мяч, бежит вперед, и так до конца, пока первый участник не вернется на свое место

Игра «Воздушный шар». Команды по 6-8 человек строятся в круг, подбрасывают большой воздушный шар вверх. Чей шар дольше будет в воздухе, та команда выигрывает

«Попади в цель» (Метание мячиков в корзину)

Следующий конкурс «Полоса препятствий» команды должны пролезть под дугами, прыгнуть из обруча в обруч и, обежав флажок, вернуться обратно.

В: Вы, ребята, молодцы: храбрецы и удальцы, Я вас всех благодарю, И витаминки всем дарю (второй завтрак фрукты)

Все вместе: Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья !