

Развлечение ко Дню здоровья

«В гости к зайчику»

(первая мл. гр)

Цель: формирование у детей навыков здорового образа жизни.

Задачи:

- укреплять здоровье детей;
- воспитывать любовь к занятиям физической культурой;
- создавать условия для развития движений.

Звучит музыка.

Ведущая: Ой, ребята, смотрите, к нам на воздушном шарике прилетело письмо. От кого же оно? (Читает)

«Здравствуйте, ребята! Пишет вам зайчик. Я уже давно собираюсь прийти к вам в гости, но никак не получается. То насморк одолеет, то кашель, а мне бы так хотелось с вами поиграть».

-Ребята, зайчик заболел! Давайте мы поскорее отправимся к нему в гости и возьмем с собой мед, лимон, травку, витамины, малину. Мы угостим нашего Зайку, чтобы он, побыстрее поправился.

Домик Зайки стоит далеко от детского сада. Тогда в путь!

«Шли по узенькой дорожке наши маленькие ножки,

Руки тоже помогали, все махали да махали.

Остановка. Сели-встали. Снова дружно зашагали».

Ведущая: Прибежали на полянку, а на ней столько цветов расцвело. Давайте немножко отдохнем и понюхаем цветочки.

Дыхательное упражнение «Вокруг цветочки»

Ведущая: Ребята, нам пора отправляться дальше в путь, ведь нас ждет зайчик. Но дорога предстоит нелегкая. Нам нужно пройти по мостику через речку, потом перепрыгнуть через ручеек.

Вот мы и пришли к зайчику. Стучит в домик.

Зайчик: (чихает и кашляет) Кто там?

Ведущая: Это ребятки из детского сада к тебе пришли. Ты, заяка, нам письмо написал.

Зайчик: Ой, как хорошо, что вы пришли, а то я никак в детский сад к вам не могу прийти, болею вот. А у вас сегодня праздник?

Ведущая: Да, сегодня День Здоровья. Мы принесли тебе витамины, чтоб ты быстрее поправился и был здоров!

Зайчик: Спасибо большое! А вы тоже часто болеете?

Ведущая: Мы заботимся о своем здоровье, и чтобы не болеть – каждое утро делаем зарядку.

Зайчик: А меня научите?

Ведущая: Конечно, смотри и повторяй.

«Веселая заячья зарядка» (под музыку)

Зайчик: Как здорово! Теперь я каждое утро буду делать зарядку!

Ведущая: Давайте вместе с зайкой пальчиками поиграем.

Пальчиковая игра «Зайка»

Ушки длинные у зайки

Из кустов они торчат.

Он и прыгает, и скачет,

Веселит своих ребят.

Зайка: А еще, чтобы не болеть надо кушать овощи и фрукты, они очень полезны для здоровья. Поможете мне собрать овощи и фрукты?

Игра «Собери фрукты и овощи»

Дети садятся на стулья

Ведущая: Зайка, а ты знаешь, что перед едой фрукты и овощи надо мыть водой, а мылом нужно мыть руки. Эти простые правила помогут тебе не болеть. Вот посмотри, как умываются наши ребята, и повторяй за нами.

Игра «Вот так хорошо»

1. Буль, буль, буль – журчит водица.

Все ребята любят мыться!

Вот так! Хорошо, хорошо! 2 раза

2. Руки с мылом мы помыли!

Нос и щёки не забыли!

Вот так! Хорошо, хорошо! 2 раза

3. Не ленились вымыть уши!

После вытерлись посуше!

Вот так! Хорошо, хорошо! 2 раза

Ведущая: Ну, и, конечно, чтобы не болеть, нужно обязательно заниматься физкультурой. Правда, ребята?

Зайчик: Я чувствую, что уже здоров. И мне не нужно докторов!

Спасибо вам, ребята! Будьте всегда здоровыми и веселыми!

Ведущая: Понравилось вам путешествие? Мы к Зайке теперь дорогу знаем и в гости к нему еще не раз отправимся. А теперь зайка, нам пора возвращаться в детский сад.

Зайчик: А вот вам витаминки от зайки!

