

Министерство общего и профессионального образования  
Свердловской области  
Управление образованием Качканарского городского округа  
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Ласточка»

### Мероприятие «Поход за здоровьем»



Авторы-разработчики:

Юлия Николаевна Ропай, воспитатель

Расиля Мадавиевна Хайдаршина, воспитатель

## **Конспект оздоровительного мероприятия для детей второй группы раннего возраста «Поход за здоровьем»**

Цель: Формирование основ здорового образа жизни.

Задачи:

- Закрепить знания **детей о здоровом образе жизни**, о профилактических мерах по уходу за организмом
- Познакомить **детей с понятием витамины**
- Закреплять знания об овощах и фруктах.
- Воспитывать культурно-гигиенические навыки.

Ведущий:

Всех на праздник приглашаем вас сейчас

**Праздник спорта и здоровья**

Начинается у нас.

Чтоб расти и закаляться,

Нужно вам зарядкой заниматься

Каждодневно по утрам!

Ну-ка плечи расправляем

И зарядку начинаем

Сначала бодро мы шагаем,

Потом как бабочки летаем,

Чтоб расти нам выше всех

Поднимаем руки вверх!

Ноги выше поднимаем,

Мы по луже все шагаем.

А теперь размяли ножки –

Побежали по дорожке!

Раздается шум

Вед: Что за шум я слышу? *(вбегают Зайка)*

Зайка: Здравствуйте, дети. *(печальным голосом)*

Вед: Зайка, почему ты такой грустный?

Зайка: Ох, ох, ох, я болен

Вед: Что у тебя болит?

Зайка: Все, от ушей и до хвоста

Вед: ребята что делать Зайке, если он заболел?

Зайка: Лечить, идти в больницу и т. д.

Вед: можно обойтись и без больницы?

**Ответы детей**

Вед: что нужно делать по утрам?

Ответы детей (*зарядку, умываешься, чистишь зубы*)

Зайка: Ой, я это не люблю делать, это я не хочу делать, это я не могу делать.

Вед: А дети сейчас тебя всему научат.

Проводится игра «*Зайка серый умывается*»

зайчик предлагает всем взяться за руки и стать в круг

Песня «*Серый зайка умывается*»

Серый зайка умывается, видно, в гости собирается (*дети умываются*)

Вымыл носик, вымыл хвостик,

Вымыл ухо, вытер сухо (дети трут ладошками носы, «*хвостики*», уши)

Серый зайка умывается, видно, в гости собирается (*умываются*).

Зайка: Ой ребята, а мне уже лучше. (*Зайка делает движения вместе с детьми.*)

Вед: Зайка от болезни помогает не только зарядка, а еще и витамины.

Зайка: А где их можно найти эти витамины?

Вед: Витамины еще есть в овощах и фруктах, которые мы едим.

Дети, а вы знаете, что такое овощи и фрукты?

**Ответы детей.**

Вед: Сейчас дети помогут тебе собрать их.

Игра «*овощи и фрукты*» (*отдают Зайке*)

Вед: это самые лучшие витамины!

Вед: Ну вот, Зайка, я вижу, ты уже не болен, ты даже повеселел. А если ты зарядку будешь делать каждый день и есть витаминным, то вообще забудешь, что такое болезнь.

Вед: А сейчас вместе давайте потанцуем!

На этом наш праздник подошел к концу

Зайка: Да и мне пора домой, я ведь уже не болен! До свидания, до скорой встречи!

Вед: Дорогие мои дети!

Я прошу вас, мойте чаще

Ваши руки и лицо.

Все равно какой водою:

Кипяченой, ключевой,

Из реки, иль из колодца,

Или просто дождевой!

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днем -

Перед каждою едою,

После сна и перед сном!

Вывод: Запомнить нужно навсегда:

**Залог здоровья – чистота**

Рассматривание картинок о фруктах, овощах, правильной пище.

Лепка: «Морковь», «Яблоко»

Рисование: «Витамины»,

Исследовательская деятельность: Посадка лука и наблюдение за появлением зеленых ростков.

Сюжетно- ролевая игра « Готовим суп из овощей», « Салат из овощей»



