

Спортивное мероприятие день здоровья «Чистые ладошки» для групп среднего возраста.

Выполнила: Анисифорова Д.В.
инструктор по физической культуре

Цель: формировать у детей среднего дошкольного возраста мотивацию к здоровому образу жизни.

Задачи:

- знакомить детей со свойствами мыла;
- развивать логическое мышление, слухоречевую память, внимание, воссоздающее воображение, пополнять активный словарный запас;
- прививать культурно-гигиенические навыки;
- развивать и совершенствовать такие качества, как выносливость, ловкость, сила, умение координировать движения.

ХОД:

Инструктор: Здравствуйте ребята, сегодня у нас праздник - день здоровья «Чистые ладошки». Скажите, пожалуйста, вы всегда моете руки? Когда нужно мыть руки? *(ответы детей)*.

Молодцы, я вижу вас всех можно с уверенностью назвать чистюльками. А кого называют чистюльками? Ребята, а вы любите путешествовать? Сегодня мы с вами отправимся в страну Чистюлькино. В этой стране все любят чистоту, следят за своим внешним видом, чисто моются, чистят зубки, следят за ногтями, поэтому жители страны Чистюлькино всегда здоровые, весёлые и красивые.

Готовы ли вы в дорогу? Все ли у нас чистые и опрятные? Покажите свои ручки, посмотрим на одежду. Чистые. Молодцы. Приготовьтесь путешествовать! Поедем мы на поезде. Итак, садитесь поскорее все, кто любит чистоту. *(Ходьба по залу с имитацией движения поезда, произносим звук «чух-чух», руки согнуты в локтях)*.

Внимание! Внимание!

Прошу занять места!

Наш поезд отправляется

В Чистюлькины края.

Вот поезд наш едет,

Колеса стучат,

А в поезде этом ребятки сидят.

Чух-чух! Чух-чух! Гудит паровоз.

Он наших ребят в Чистюлькино повёз.

Стоп! Прибыли в страну Чистюлькино. *(Остановились, встали в полукруг перед экраном мультимедийного оборудования)*.

(В это время появляется слайд «Страна Чистюлькино»)

Далее на слайде девочка Чумаза и встречает детей.

Инструктор: Ребята, это девочка грязнуля. Раньше была чистой и опрятной девочкой, но недавно в ее стране появилось много ужасных, опасных, страшных, грязных, корявых, дырявых, противных, заразных, вредных микробов и грязи. Они превратили эту девочку в грязнулю и неряху, прилипли и никак не хотят уходить. Давайте поможем девочке избавиться от этих микробов.

Подвижная игра «Микробы». Правила игры: дети делятся на две команды. Одна команда-витамины, другая микробы. Под музыку «микробов»

команда микробов выходит в цент зала и двигается в рассыпную по залу. Как только музыка сменилась для «витаминок», выходят витаминки и начинают двигаться по залу. Если витаминки успели задеть микробов, прежде чем те, убежали в специально отведенное им место, эти микробы считаются «смытыми». И наоборот, если микробы успели задеть витаминки, тогда они их превратили в микробов.

Инструктор: Кто нам поможет победить микробов, отгадайте загадки.

Ускользает, как живое,
Но не выношу его я,
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится. (Мыло)
У мыла есть забота-
Мыло ходит на работу.
Попенится, намылится
Придет и ляжет в... (мыльницу)
Вытираю я, стараюсь,
После бани паренька
Всё намокло, все измялось-
Нет сухого уголка. (Полотенце)
Резинка Акулинка
пошла гулять по спинке.

Собирается она вымыть спину докрасна. (Мочалка)

Если делаю причёску, помогает мне (расческа)

По утрам и вечерам

Чистит зубы пастой нам (Зубная щетка)

Что наносим на зубную щетку? (Зубная паста)

Лег в карман и караулю

Рёву, плаксу и грязную... (Носовой платок)

Инструктор: Ребята у этой девочки еще и руки грязные, она в песочке играла, руки сильно замарала, и помыть их не успела. А вообще она руки мыть не очень люблю, уже и забыла, как их надо мыть. Давайте подскажем девочке с чего надо начинать умываться.

На слайде картинка алгоритма мытья рук.

Дети вспоминают алгоритм мытья рук, имитируя движения.

Инструктор: как умываются животные, например, кошки и собаки?

(Лапой, языком) Давайте с вами превратимся в маленьких котят и разомнемся! Проводится динамическая пауза, дети имитируют движения согласно тексту. Слайд с изображением котенка с текстом.

Инструктор: ребята, а еще чтобы быть здоровыми, что нужно делать? *(ответы: правильно питаться).*

Я предлагаю вам поиграть в игру «Овощи на грядке».

Правила игры: игра проводится с использованием координационных лестниц, где каждая грядка является лестницей, а ячейки в ней – место для каждого овоща. Лестницы раскладываются в разных сторонах зала (можно использовать обручи), рядом с грядками кладется овощ. Звучит веселая

музыка, все овощи – дети выбегают в цент зала, двигаясь по залу подскоками, руки на поясе. Как только музыка остановилась, каждый овощ, должен занять свою грядку. (овощи во время движения детей, меняем местами). Выигрывает та команда, которая безошибочно занимала места на своей грядке. Можно использовать маски овощей на головы детей .

Отлично поиграли!

Инструктор: но не только овощи полезны для здоровья, но и свежие вкусные ягоды. Предлагаю вам принять участие в эстафете « Ягоды здоровья».

Дети делятся на две команды. Впереди команд, в центре сухой бассейн с шариками разных цветов. По сигналу (звучание музыки) дети бегут и по одному берут в руки один шарик, только красного цвета – спелые ягоды. Переносят их в свою корзину. По завершению музыки дети становятся на свои места у корзин. Выигрывает команда набравшая большее число красных шариков.

Инструктор: Отлично ребята, вы справились со всеми заданиями! Теперь наша героиня будет опрятной, чистой и здоровой! А вам в награду за помощь она предлагает угоститься сладкими витаминками! *(детям раздаются витаминки)*. А теперь отправляйтесь в группы и обязательно вымойте руки с мылом, ведь это так важно для здоровья!