

МБДОУ Д/С №13 "СКАЗКА"  
ГРУППА "ЦЫПЛЯТА"  
6 апреля-12 апреля.



Воспитатели: Савва А.Ю.

Мартыновы И.В.

*Цель: стимулировать изучение ребенком себя, своего тела, возможностей своего организма; развивать представления о себе, своих физических возможностях (осанка, движение, картина здоровья), интерес к правилам и навыкам здоровьесберегающего поведения; формировать знания о том, что такое здоровье и здоровый человек, об основных умениях и навыках, содействующих поддержанию и укреплению здоровья; содействовать гармоничному физическому развитию детей, становлению и обогащению двигательного опыта.*

1. Соблюдение режима дня для ребенка важно.





Чтоб здоровым быть сполна,

каждый день все лучше  
начать зарядку

Шесть раз в день зарядку

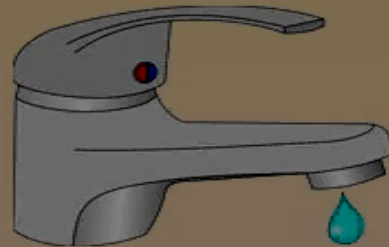
## 2. Начинаю зарядку, или пройдем по ссылке <https://youtu.be/83AZErp-1v4>



# 3. Загадки "Мойдодыра" "А ну-ка отгадай-ка!"

## Загадки

*Ускользает как живое,  
Очень юркое такое.  
Белой пеной пенится,  
Руки мыть не ленится.*



*Мойдодыру я родня.  
Отверни-ка ты меня.  
И холодной водою  
Живо я тебя умою.*



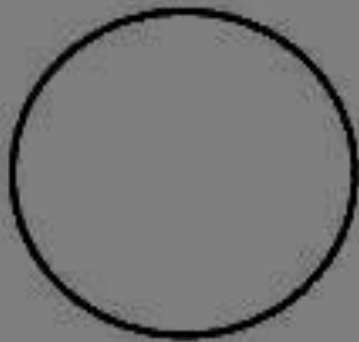
*Костяная спинка,  
На брюшке щетинка,  
По частоколу прыгала,  
Всю грязь повьмыла...*



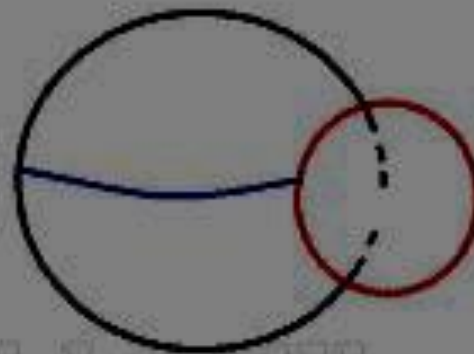
*Мною можно умываться.  
Я умею проливаться.  
В кранах я живу всегда.  
Ну, конечно, я — ...*

4. *Какие все молодцы, отгадали все загадки, а давайте теперь порисуем. Рисовать мы будем божью коровку, но сначала вспомним какого она цвета? Сколько у нее ножек? И какие у нее пятна?*

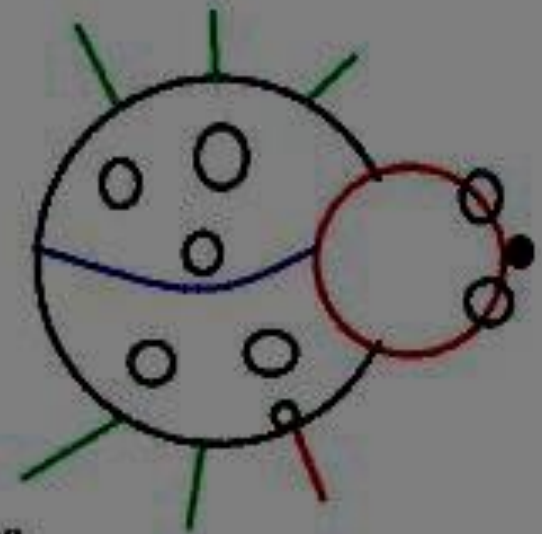
схема рисования Божьей Коровки поэтапно



**1 этап**  
туловище - круг



**2 этап**  
голова - круг  
линия крылешек



**3 этап**  
ножки  
глаза  
пятнышки

ped-kopilka.ru

*5. Ребята, а что нам нужно еще, чтобы быть здоровыми? Витамины содержатся в фруктах и овощах. Давайте вместе с гномами назовем эти овощи и фрукты.*

*Витамины - ценные вещества,  
Без них мы никуда.  
Чтоб здоровым, сильным быть,  
Нужно с витаминами дружить.*





# 6. Давайте слепим морковь.

Морковь

ЛЕПИМ ИЗ ПЛАСТИЛИНА



Скатайте цилиндр.



Сформируйте пальцами из цилиндра конус.



Из зеленого пластилина скатайте тонкий цилиндр.



Верхнюю часть цилиндра сделайте плоской.



Тонкой стороной стеки надрежьте заготовку по краям. Это лист морковки.



Сделайте для морковки три листочка. Стекой нанесите на морковку небольшие насечки.

## 7. Поиграем.

# Игра: "Полезно- Вредно"



## 8. Пальчиковая гимнастика.

### ШАРИК

**Надуваем быстро шарик.**

**Он становится большой.**

**Вдруг шар лопнул, воздух вышел –**

**Стал он тонкий и худой!**

Сначала пальцы сложены в замочек. Начинаем их медленно разводить

Кончики пальцев обеих рук соприкасаются друг с другом - шарик надут

Смыкаем ладошки друг с другом полностью

Смыкаем вместе пальчики



# 9. Советы и рекомендации родителям

## Что нужно делать, чтобы быть здоровым

Чтобы хорошо расти и быть здоровыми  
нужно заботиться о здоровье.

Нужно хотеть и уметь заботиться о своем  
здоровье.

### Советуем:

- ✓ Береги здоровье смолоду
- ✓ Занимайся спортом
- ✓ Делай зарядку
- ✓ Закаляйся
- ✓ Соблюдай режим дня
- ✓ Дружи с водой
- ✓ Вовремя лечи зубы
- ✓ Не ешь много сладкого
- ✓ Заботься о коже
- ✓ Держи осанку
- ✓ Одевайся по погоде



dou104ku ucj

## Не забудьте о закаливании

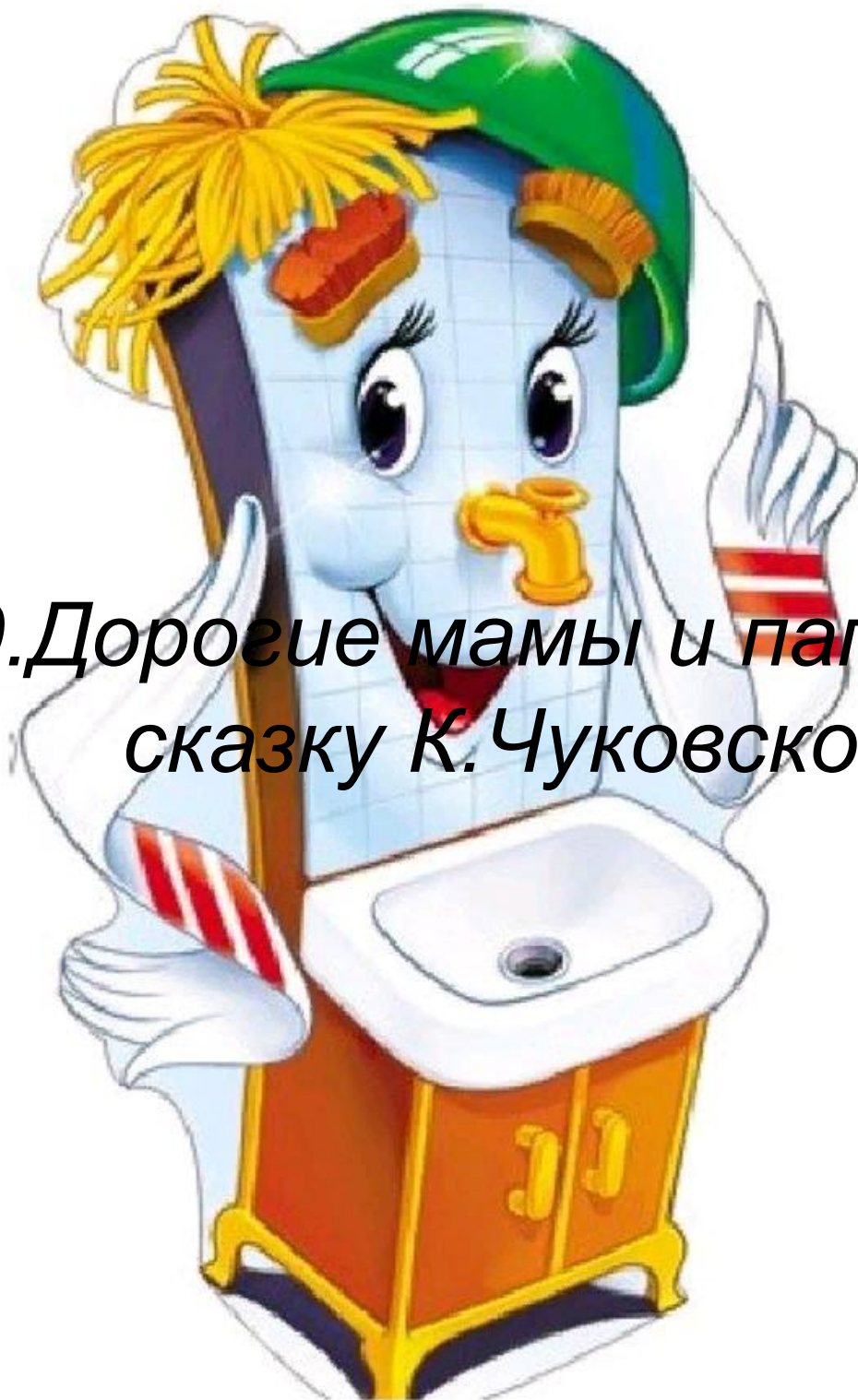
### Рекомендуем:

- ✓ Гулять в любую погоду
- ✓ Купаться в реке, пруду, море
- ✓ Не носить слишком тёплой одежды
- ✓ Принимать душ
- ✓ Окапывать себя холодной водой
- ✓ Спать с открытой форточкой

**В здоровом теле -  
здоровый дух!**



FORCHEL.RU



*10. Дорогие мамы и папы прочтите детям сказку К. Чуковского "Мойдодыр".*



**Здоровые дети - в здоровой семье.  
Здоровые семьи - в здоровой стране.  
Здоровые страны - планета здорова.  
Здоровье! Какое прекрасное слово!  
Так пусть на здоровой планете  
Растут здоровые дети!**