Заметка ко дню здоровья

«Здоровье - это важно!»

Цель мероприятия: приобщение детей к здоровому образу жизни.

Как обычно наш день в детском саду начался с утренней зарядки, которая всегда нас заряжает отличным настроением на весь день. После вкусного завтрака с детьми провела беседу почему важно заниматься спортом, гулять на свежем воздухе, следить за личной гигиеной (мытье рук, чистить зубы), о пользе овощей и фруктов. На прогулке играли в подвижные игры.

После сна был организован спортивный досуг «В гости к зайчику». Дети получили письмо, из которого узнали, что зайчик давно собирается к ним в гости, но опять простыл и не может прийти. Мы с детьми сами отправились к зайчику в гости. Пройдя небольшие препятствия (грязные лужи, упавшее дерево, по мостику) оказались в гостях. Дети рассказали зайчику где они живут и почему всегда веселые и не болеют. Сделали вместе зайчиком зарядку, поиграли в подвижные игры, помогли собрать яблоки. Зайчик поблагодарил ребят и пообещал, что тоже будет заниматься спортом, кушать много овощей и фруктов и много гулять на свежем воздухе.

Воспитатель Лукина Л.А.