**День здоровья для детей 3-4 лет   
"Милый Зайка заболел"**

**Цель:** побуждение интереса к вопросам здорового образа жизни  
**Задачи:**  
1) Развитие двигательной активности детей  
2) Воспитание культуры общения детей  
3) Формирование привычки выполнения гигиенических требований  
  
**Место проведения:** Спортивный зал детского сада.

**Ход праздника:**

**Входит Зайчик:**

- Здравствуйте, ребята. Вы меня узнали? *(дети отвечают)*  
Да, верно я Зайка, я очень люблю поспать, ничего не делать , посмотреть как можно больше мультфильмов, но сегодня меня это не радует , я очень сильно заболел.  Не знаю, что мне делать. Как вылечиться? Может вы мне подскажите, ребята (*дети отвечают)* - Давайте скорее лечиться!!!  
**Вед:** Чтобы быть здоровым, зайка, надо каждое утро начинать с зарядки. Правильно, ребята? (ответы детей)

**Зайчик :**А как это? Я не умею, научите меня!

**Вед:**Ребята, давайте зайчика научим делать зарядку, выходите все.  
***Зарядка «Да, да, да сказала голова»***

**Зайчик :**Ой, мне так понравилось делать зарядку! Я теперь каждый день буду заниматься.

**Вед:**Зайчик, а ты знаешь, что нужно делать после зарядки?

**Зайчик :**Нет, не знаю.  А ребята знают?

Дети: Умываться!

**Зайчик :**А я не умею.

**Вед:**А мы тебя сейчас научим. Давайте, ребятки, зайчику покажем, как мы умываемся. А ты, Зайка, повторяй за нами.

**Умывалочка  (пальчиковая гимнастика)**  
  
*Кран открыли: чик-чик,   
                                         Вращательные движения кистью.  
Руки мыли: шик-шик.   
                                                 Потереть ладошки друг о друга.  
  
Пусть бежит водичка,   
                                                   Плавные движения ладонями.  
Мы умоем личико.   
                                                  ,,Умыться’’.  
Мылом мы ладошки трем,   
                                                   Имитировать мытье рук.  
Полотенцем промокнем.   
  
                                                 Легкие похлопывания ладоней друг друга.   
  
Вот и чистые ладошки,   
                                                Показать ладони.  
Мы похлопаем немножко!   
                                                 Хлопки.*

**Зайчик :**Ой, как мне понравилось!  Я теперь каждый день буду умываться.

*(посадить детей)*

**Зайчик:**Что-то я проголодался…

**Вед:**Это потому, что после зарядки и умывания нужно позавтракать.

**Зайчик:** А что вы сегодня ели на завтрак?

*(ответы детей)*

 А я каши не ем!

**Вед:**А ребята знают, что ты любишь кушать

*(ответы детей)*

Овощи и фрукты полезны не только для зайчиков, но и для всех ребят. Наши ребята любят кушать овощи и фрукты. А еще они любят их собирать

**Игра «Фрукты и овощи»**

**Вед:** Ну что, Зайчик, выздоравливаешь потихоньку?

**Зайка:** Да. Играть- то я люблю, а вот игрушки за собой не люблю убирать.

**Вед: а** наши ребята очень ловкие, они очень быстро умеют игрушки убирать. Хочешь, они и тебя научат?

**Игра «Чистюльки»**

*(Педагог из корзины бросает мячи на пол, а дети догоняют мячи и собирают в корзину).*

**Вед:**Дома чисто- хорошо,  
Только это еще не все.  
Чтоб здоровым, крепким быть,  
Нужно на улицу ходить.

Наши ребята каждый день гуляют. Закаляются, дышат свежим воздухом и играют на улице в подвижные игры. Поэтому они почти не болеют. Хочешь с нами поиграть.

***Игра «Зайка серенький сидит»***

**Зайка: Как** мне у вас понравилось! Я даже, кажется, выздоровел.    
  
- Спасибо вам ребята большое. Мне надо возвращаться в лес. Но я просто так не уйду, у меня маленькие подарочки для каждого из вас.