

# В здоровом теле – здоровый дух!

*Чтобы вырасти здоровым, энергичным и толковым,  
Чтоб прогнать усталость, лень, ешьте витамины каждый день!  
Рано утром не ленись, на зарядку становись!  
Помогают нам всегда солнце, воздух и вода!  
Крепла чтоб мускулатура, занимайтесь физкультурой!*

Всемирный День здоровья в 2019 году традиционно празднуется ранней весной, 7 апреля. Выбор даты не случаен, именно в этот день, в 1948 году была создана Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ).



В рамках всемирного Дня здоровья прошли спортивные соревнования «В здоровом теле – здоровый дух». Две команды: «Витаминка» и «Неболейка» показали свои способности в силе, ловкости и выносливости, закрепили знания о значимости солнца, воздух и воды для здоровья человека. Конечно, все началось с веселой разминки, затем дети переносили воду, прыгали на фитболах, играли с воздушным шариком, распознавали на вкус фрукты и овощи, делали самомассаж. В результате упорной и азартной борьбы победила **ДРУЖБА!**

Инструктор по физической культуре  
Масленникова Наталья Геннадьевна



Делайте, делайте, делайте  
ЗАРЯДКУ!!!



Чтобы не было беды,  
Жить нельзя нам без воды



Шар воздушный, шар воздушный  
Вырывается из рук.  
Непослушный, непослушный –  
К потолку взлетает вдруг.

*В этом спорте игроки все ловки и высоки.  
Любят в мяч они играть и в кольцо его кидать.  
Мячик звонко бьет об пол, значит, это... (баскетбол)*



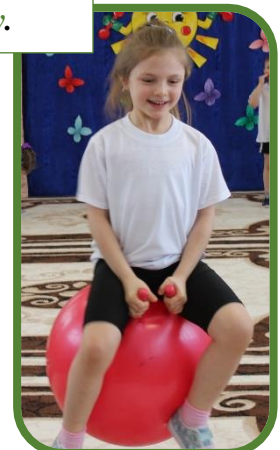
*И что это такое вкусненькое?*



*Самомассаж.*



*Я качаюсь на качели,  
Я на мячике скачу,  
Ведь здоровый образ жизни  
Очень я вести хочу.*



# «В гости к Зайке»



В рамках всемирного Дня здоровья в средней группе прошло спортивно развлечение. Дети получили письмо от Зайки, который жаловался, что постоянно болеет и не может прийти в гости в детский сад. Малыши с радостью отправились на помощь к Зайке. Путь был не легким: по мосту, по поваленному дереву, через кочки, на пути встречались медведи, петушки. Но дети с легкостью справились с трудностями! Ребята научили Зайку делать зарядку, мыть овощи и фрукты, умываться, заниматься физкультурой. И закончилось это приключение веселыми играми!

Инструктор по физической культуре  
Масленникова Наталья Геннадьевна





*Шли по узенькой дорожке наши маленькие ножки,  
Руки тоже помогли, все махали да махали.*

Превратились дети в мишек,  
Прогуляться мишки вышли,  
Бурые, мохнатые, мишки косолапые.



Превратились в петушков,  
Ножки поднимаем  
Песню распеваем «Ку-ка-ре-ку»



Превратились все в лошадок, и теперь спешим, спешим,  
на лошадках, на лошадках, резво скачут малыши.



***Деревья, мосты и кочки!***  
***Со всеми трудностями дети легко справились!***





Делайте, делайте,  
делайте ЗАРЯДКУ!!!



Жмурки!

Овощи и фрукты  
нужные продукты!



Попрыгунчики



