

«Осторожно, акула»

Выбираем ведущего (акула), он садится на скамейку. Дети становятся в круг, двигаются и произносят слова:

В нашем море вот уж диво жизнь прекрасна и красива (ходьба по кругу)

Вот карасик в море тихом огибает волны лихо (бег друг за другом)

Резво прыгают дельфины, выгибая ровно спины (прыжки на месте)

Тихо плещется волна, всем защитница она (руками изображаем волны)

Но в пещере прячется акула.

После слов выходит акула в центр круга и произносит слова: «Я сегодня на завтрак приготовлю... если называет съедобное слово например яблоко, то дети убегают, а акула догоняет. Пойманные игроки, выбывают и садятся на скамейку. Если несъедобное слово, то дети замирают, акула смотрит, кто шевелится. Пошевелившийся ребенок выбывает.

Игра повторяется, водящий меняется.

В игре можно заменить группы слов, например полезные (яблоко) и вредные продукты (чипсы).

«Съедобное и несъедобное»

Дети стоят в кругу, в центре круга стоит водящий (на физкультурном развлечении это может быть герой праздника, например: микроб). Дети кладут руки на живот и произносят слова:

Раз (руки вперед)

Два (руки на живот)

Три (руки вперед)

Раз (руки на живот)

Два (руки вперед)

Три (руки на живот)

Далее воспитатель произносит слово по выбору, если называет полезный продукт (н-р: яблоко) дети гладят себя по животу, если вредный (например: чипсы) дети убегают на стульчики, а водящий догоняет.

Вариант игры «Съедобное и несъедобное»

Воспитатель произносит слово по выбору, если называет съедобное (н-р: яблоко) дети гладят себя по животу, если несъедобное (например: мяч) дети убегают на стульчики, а водящий догоняет.

«Чистота – залог здоровья»

Эстафета «Собери мусор» (дети стоят в две, три колонны, в руках держат клюшки. На полу разбросаны красные и желтые мячики. Ребенок с клюшкой в руках бежит до мячей, выбирает нужный по цвету мяч, клюшкой заводит красные мячи в красный обруч, желтые в желтый).

Эстафета «Положи мусор в корзину» (дети стоят в две, три колонны, по сигналу выполняют бег до обруча, в котором лежат мячи, необходимо взять мяч, добежать до корзины и забросить мяч в корзину).

«Чистота – залог здоровья»

Эстафета «Перенеси микроба» (дети стоят в две, три колонны парами, в руках держат две гимнастические палки, на полу перед ними лежит мячи. По сигналу первая пара захватывает гимнастическими палками мяч и бежит до корзины. Опускает мяч в корзину, возвращается назад к команде и передает палки следующей паре. Эстафета повторяется.

Эстафета «Пылесос» (дети стоят в две, три колонны, в руках держат обруч и мяч. По сигналу начинают ведение мяча обручем (с детьми оговорить способ ведения – лицом, спиной или смешанный) до конуса и обратно, передают эстафету следующему игроку.

«Победи микроба» (ЛОВИШКИ С ХВОСТИКАМИ)

Дети делятся на две группы. Одни из них микробы, они закрепляют себе на одежду цветные атласные ленточки. Дети располагаются по разным сторонам зала. Микробы с хвостиками идут со словами (корчат рожи): «Мы микробы очень любим грязь, мы микробы заразим всех вас». По окончании слов микробы убегают, дети водящие ловят, обезвреживая их (забирают хвостики).

Игра «Полезное-вредное»

(полезное – хлопаем,
вредное – топаем)

- яблочный сок (Да)
- пепси, лимонад (Нет)
- жареные семечки (Нет)
- много конфет для зубов (Нет)
- овощи (Да)
- чипсы хрустящие (Нет)
- молоко и каша (Да)
- фрукты, простокваша (Да)

(Ведущая задаёт вопросы, а дети
отвечают либо «вредно», либо
«полезно» при правильном ответе
лопают шарик-микроб)

- Чистить зубы по утрам и вечерам.
- Кушать чипсы и пить газировку.
- Мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета.
- Гулять на свежем воздухе.
- Гулять без шапки под дождем.
- Обедаться конфетами, пирожными и мороженым.
- Делать по утрам зарядку.
- Закаляться.
- Поздно ложиться спать.
- Кушать овощи и фрукты.

«Уничтожь микробы»

Дети стоят в кругу, в руках у детей 2 мяча с изображением микробов и один мяч с изображением мыла. По сигналу дети начинают передачу мячей по кругу. Как только мяч – «мыло» догоняет мяч – «микроба», «микроб» погибает, убираем мяч из игры. Игра заканчивается тогда, когда не остается ни одного микроба.

« Правила гигиены»

С помощью считалки выбирается водящий, он выходит из группы. Воспитатель с детьми договаривается, кто и что будет изображать. Затем водящего приглашают, дети по очереди показывают навыки гигиены при помощи жестов и мимики. Ведущий должен отгадать, что показывают дети: умывание, чистку зубов, обтирание, причёсывание, купание.

«Иммунитет»

Выбирается водящий, который играет роль «микроба». 2-3 детям раздается «иммунитет» в виде чеснока, лимона и лука.

По сигналу, «Вирус» начинает догонять и «заражать» детей. Те, кого «вирус» «заражает» останавливаются и стоят на месте. Те дети, у которых «Иммунитет» должны «вылечить» «зараженных», отдав им овощи или фрукты.