Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 151»

**Конспект мероприятия по закаливанию детей 3-х лет**

**«Здоровейка»**

 Выполнила: воспитатель Здунова Т.В.

Магнитогорск 2013

Дети после сончаса выходят в групповую комнату без маек , снимают сандали и становятся на ковер.

Воспитатель: Ребята, вы готовы закаляться?

Дети: Да.

Воспитаткль: Тогда будем просыпаться! Я вам хочу рассказать про одну замечательную страну, которая называется «Здоровейка», жители этой страны растут здоровыми, сильными и красивыми, потомучто всегда делают зарядку и очень любят закаляться. Сегодня к нам пришел гость из этой страны. Давайте попробуем отгадать, кто это. Я вам загадаю загадку, а вы внимательно слушайте:

Длинные уши

Маленький хвостик,

Прыгает ловко

Любит морковку.

Дети: Заяц !

Стучат в дверь, воспитатель открывает и заносит мягкую(говорящую ) игрушку зайца.

Воспитатель: ребята ,а зайка непросто так к нам пришел, он хочет вам рассказать как он закаляется, послушайте. Заяц рассказывает стих про воду, как он любит умываться.

 Ребята, давайте покажем нашему гостю как мы умеем закаляться.

Мы с вами сейчас полетим на самолете.

1-ое упр. «Самолет»

Дети поднимают руки перед собой и сгибают локти, начинают заводить мотор, вращая руками(одна рука вокруг другой)

Воспитатель: полетели самолеты !

Дети проходят по коврикам здоровья, вытянув руки в стороны, как крылья и гудят (у-у-у-у)

2-ое упр. «Хомячок»

Молодцы, а сейцас мы свами будем превращяться в маленьких хомячков

Покружились, покружились,

В хомячков мы превратились.

Дети кружаться вокруг себя, останавливаются, делают вдох и надувают шеки, как хомяки,на несколько секунд задерживают дыханиие и делают резкий выдох. 2-3 раза.

3-е упр. «Мяч»

Ребята, давайте покажем как мы умеем превращять животики в мячики.

Дети гладят живот,делают вдох, на выдохе надувают животы как мячики. 2-3 раза.

Молодцы, а сейчас мы будем надувать большие воздушные шары.

4-ое упр. «Воздушный шар»

Подносим руки ко рту и начинаем надувать шарик, посепенно разводя руки в стороны, показывая какой большой шарик, потом соединяем руки вместе со звуком с-с-с-с, сдуваем шарик. 2-3 раза.

Хорошо! Ребята ,а сейчас мы с вами отправимся на поезде на станцию мыльных пузырей.

Дети выстраиваются друг за другом, кладут руки на плечи впереди стоящего, делают вагончики, воспитатель становится впереди.

Поехали!!! Чух-чух-чух!

Воспитатель с детьми двигаются по кругу

Воспитатель: остановка ! гудок.

Дети гудят Ту-ту!

Поехали дальше, следующая остановка: «Станция мыльных пузырей»

Движения повторяются.

Приехали! Гудок!

Дети: ту-ту!

Воспитатель достает мыльные пузыри и показывает детям.

5-ое упр. «Мыльные пузыри»

Дети по очереди надувают пузыри, ловят их и лопают.

Воспитатель: Ребята, мы свами показали зайке как умеем закалаться, пора отпустиь его домой, чтобы он всем рассказал, какие вы здоровые, сильные и красивые, тогда нас обязательно позовут в гости в страну «Здоровейку».

Дети прощаются с зайцем.

Воспитатель: А нам с вами пора умываться и одеваться.Всем спасибо, вы молодцы!

Дети обуваются и уходят своспитателем.