Сәламәтлек көне.

Максат: Балаларны физик яктан чыныктыру, сикерү, йөгерү, команданы төгәл үтәү күнекмәләрен ныгыту, чыдамлылык,кыюлык сыйфатлары тәрбияләү.

Тәрбияче: Хәерле көн, балалар. Бүген бездә сәламәтлек көне. Без бүген сәламәтлек иленә сәяхәткә барырбыз. Сәламәтлек, иң беренче елмаюдан башлана. Әйдәгез әле, бер-беребезгә елмаеп карыйк һәм хәерле көн телик.

Хәерле көн, кояш!

Хәерле көн, агачлар, кошлар!

Хәерле көн, дуслар!

Уен уйнап алыйк әле “Булсаң зирәк, әйт тизрәк!”

1. Кулны кайчан юабыз?

2. Битне кайчан юабыз?

3. Көнгә ничә тапкыр теш чистарталар?

4. Компьютер янында нигә озак утырырга ярамый?

5. Яшелчә, җиләк-җимешне ашар алдыннан нигә юабыз?

6. Кыш көне нинди киемнәр киябез? Ни өчен?

7. Витаминнар кайда була?

8. Ашаганда нинди кагыйдәләрне истә тотарга кирәк?

9. Нинди кеше сәламәт була?

10. Сәламәт булыр өчен нәрсә эшләргә кирәк?

Сәяхәтебезне дәвам итәбез.

1 бала: Надо, надо умываться

 Утром, вечером и днем.

 Перед каждою едою,

 После сна и перед сном.

2 бала: Чиста су, йөгерек су,

 Син мине чиста ю!

 Бер тап та калмасын,

 Битләрем аллансын,

 Күзләрем күрсен,

 Колагым ишетсен,

 Авызым елмайсын,

 Тешләрем ялтырасын.

Физминутка “Бакалар”, “Куянкай”

Җыр “Чебиләр зарядкасы”

Тәрбияче: Сәламәтлек утравына килеп җиттек. Бу утрауда әкиятләр иле урнашкан. Монда күңелле уеннар, ярышлар булачак.

2 командага бүленү. “Филләр”, “Куяннар”

1 уен – “Чуар тавык” әкияте. Бер оядан икенче ояга “йомыркалар” ташу.

2 уен – “Теремкәй” әкияте. Кыршау эченә йөгереп бару, кыңгырау шалтырату.

3 уен – “Шалкан” әкияте. Түбәтәй кию, кулга туп тотып йөгереп килү.

4 уен – “Йомры икмәк” әкияте. Кубиклар арасыннан тупны тәгәрәтеп йөрү.

5 уен – “Казлар – аккошлар” әкияте. Гимнастик скамейкадан шуышу, дуга астыннан чыгу.

6 уен – “Куян, төлке һәм әтәч”. Кубиклар ташу һәм өй төзү.

Хәрәкәтле уен “Койрыклар”

Максат: җитезлек, кыюлык, уяулык тәрбияләү.

Очколарны санау, җиңүчеләрне билгеләү.

Мәкалъләр кабатлау:

* Чисталык – сәламәтлекнең нигезе.
* Сәламәт тәндә – сәламәт акыл.
* Сәламәтлек – зур байлык.

Сәламәт булыгыз! Бүләкләр тапшыру.

Презентация күрсәтү: “Сәламәт тәндә – сәламәт акыл”

1. Хәрәкәт, гимнастика.
2. Көндәлек режим.
3. Чисталык.
4. Туклану.
5. Чыныгу
6. Ял итү.
7. Табибка күренеп тору.
8. Спорт белән шөгыльләнү.