



ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

День здоровья мы предлагаем вам всей семьей провести в интересной форме – «Космическое путешествие на планету ЗДОРОВЬЯ».



Чтобы добраться до планеты «ЗДОРОВЬЯ» необходимо посетить 5 станций:



Станция «Спортивная» приглашает провести различные мини-эстафеты и спортивные игры.

Например, «Чья ракета быстрее долетит до планеты». Для этого вам понадобятся клубки любых ниток (можно заменить на карандаши с катушкой, ленты, тесемку, обычные нитки) и самодельные ракеты (в качестве ракет можно использовать любой предмет). Конец нитки размотать на любую длину и привязать к ракете.



Выбрать место, где будут стоять игроки и по команде, стоя на месте, начинать наматывать нитку с ракетой на клубок. Побеждает тот игрок, чья ракета быстрее «долетит» до планеты.

Для того, чтобы было веселей и интересней на этой станции вы можете


использовать всю свою фантазию.




Станция «Аппетитная» приглашает побеседовать о правильном питании, фруктах, овощах, полезных продуктах. Расскажите детям, как и чем питаются космонавты во время полетов. Проведите викторину «Кто больше назовет полезных продуктов». Приготовьте Космическое блюдо.



Станция «Чистюля» предлагает побеседовать о правилах гигиены человека и провести любую пальчиковую гимнастику.

 На станции «Безопасность» необходимо вспомнить правила безопасного поведения дома и на улице. Поговорить об опасных предметах, о правилах дорожного движения. Обсудить ситуацию из романа-сказки «Незнайка на Луне», когда Незнайка решает залезть в ракету и полететь тайком на Луну.

 Станция «Музыкальная» завершает путешествие на планету «ЗДОРОВЬЯ». Вместе с детьми вспомните песни про спорт и гимнастику. Под веселую музыку все вместе можете сделать небольшую разминку, представить как передвигаются космические существа и просто потанцевать.

Надеемся ваше путешествие пройдет весело и увлекательно!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ! БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БЛИЗКИХ!

