**Тема "Сохраним своё здоровье"**

**(для детей 3-4 лет)**

Уважаемые родители! Не забываем формировать у детей представление о здоровом образе жизни, активизировать речь дошкольников, обогащать словарный запас. Предлагаю вашему вниманию игры, в которые можно поиграть с малышом.

**Игра «Рассмотри картинки»**

**1 2**

*Родитель*: Посмотри*,*на картинках нарисованы девочки. Они одинаковые?

*Ребёнок*: нет

*Родитель:* На этой  картинке какая девочка?

*Ребёнок:* веселая, красивая

*Родитель:*А на этой картинке какая?

*Ребёнок:* грустная, болеет

*Родитель:* как ты догадался, что девочка больна?

*Ребёнок:* держит градусник, лежит в кровати.

*Родитель:*А эта девочка, почему веселая?

*Ребёнок*: она не болеет, она здоровая

*Родитель:*а ты хочешь быть здоровым?

*Ребёнок:*Да

*Родитель:* Как ты думаешь, что надо делать, чтобы быть здоровым и не болеть?

*Ребёнок:*кушать фрукты, гулять, делать зарядку.

**Пальчиковая гимнастика « С добрым утром!»**

С добрым утром, глазки! Вы проснулись? *( Погладить глазки, Сделать бинокль)*

С добрым утром, ушки! Вы проснулись?  *( Погладить ушки, Сделать ушки как у зайчика)*

С добрым утром, ручки! Вы проснулись? *( Погладить ручки, Похлопать)*

С добрым утром, ножки! Вы проснулись? *( Погладить ножки, Потопать)*

С добрым утром, солнце! Я проснулся!!!  *( Сделать солнце, поднять руки вверх)*

**Дидактическая игра «Чудесный мешочек»**

*(для этой игры заранее подготовить тканевый мешочек и сложить в него предметы: мыло, расчёску, зеркальце, полотенце (небольшое))*

*Родитель:*В мешочке - отгадки на мои загадки. Сейчас я загадаю загадки,  а ты постарайся их отгадать и найти отгадку в нашем чудесном мешочке.

**Родитель загадывает загадки:**

1. Ускользает, как живое,

 Но не выпущу его я.

 Белой пеной пенится,

 Руки мыть не ленится. (Мыло)

2. Всех лохматых расчесать,  
Кудри в косы заплетать,  
Делать модную прическу  
Помогает нам …(Расческа)

3. Часто я в него смотрюсь  
Перед ним кружусь, верчусь.  
Свои косы заплетаю  
И костюмчик поправляю. (Зеркало)

4. Есть у каждого в квартире,  
И побольше, и пошире.  
После ванны, после душа,  
Вас обнимет и просушит. (Полотенце)

*Ребёнок отгадывает загадку и на ощупь достаёт предметы личной гигиены (мыло, расческа, полотенце, зеркало), рассказывает, для чего они предназначены. Родитель помогает: - Для чего нужно мыло? (Чтобы мыться). – Для чего нужно полотенце? (Чтобы вытираться). – Для чего нужна  расческа? ( Чтобы причесываться). – Для чего нужно зеркало? ( Чтобы смотреться, чистый или грязный)*

**Физкультминутка**

(выполнять движения согласно тексту)

Раз, два, три, четыре, пять,

Начал заинька скакать.

Прыгать, заинька горазд,

Он подпрыгнул десять раз.

Взялся зайка за бока,

Заплясал он гопака.

Прилетели утки.

Заиграли в дудки.

Ах, какая красота.

Заплясал он гопака.

Лапки вверх, лапки вниз.

На носочках подтянись.

Лапки ставим на бочок.

На носочках скок-скок-скок.

А затем в присядку,

А потом на пятку.

**В завершение предлагаю выучить стихотворение:**



**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**