|  |
| --- |
| Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение «Шеморданский детский сад № 2 «Теремок» Сабинского муниципального района РТ». Конспект физкультурного развлечения для детей средних, старших и подготовительных групп: **“День здоровья.”** Составитель:  воспитатель по физической культуре – Кошкина Ильмира Мукминовна. **Цель**: Приобщение детей к здоровому образу жизни.**Задачи**: закреплять культурно-гигиенические знания детей; развивать двигательные навыки; воспитывать выдержку и внимание в играх и эстафетах; создать радостное эмоциональное настроение.**Пособия**: фонограмма «Здравствуй мир», (гантели, гимнастическая палка, полотенце, скакалка, кепка, мяч), видеоролик «Мультзарядка», 4 конуса, 2 градусника из картона, 2 детских стула, 2 большие мягкие игрушки, набор муляжей «Овощи», набор муляжей «Фрукты», корзина для этих наборов, 2 мольберта, 2 картинки «Корзина», столик, карточки «Продукты», 2 желтых обруча, 12 желтых «лучиков», две корзины с желтыми маленькими мячиками, видеоролик «Хорошее настроение».**Предварительная работа:**беседы о здоровье, здоровом образе жизни, как сохранить свое здоровье;рассматривание альбомов, книг, фотографий, презентаций о том, как беречь здоровье.**Ход развлечения** (*Дети в спортивной форме под марш входят в зал.)***Ведущий*:***  Здравствуйте ребята! Здравствуйте уважаемые гости! Сегодня 7 апреля вся страна отмечает - один из самых замечательных праздников в году, когда все люди показывают, как они дружат с физкультурой и спортом. Ведь от того, насколько часто вы занимаетесь спортом, зависит, каким будет ваше здоровье. И сегодня мы покажем друг другу, как мы любим спорт и любим им заниматься.**Все собрались? Все здоровы?****Бегать и играть готовы?****На спортивную площадку приглашаю, дети, вас.****Праздник спорта и здоровья начинаем мы сейчас.**Ведущий:Сегодня мы вспомним с вами всё, что нужно делать, чтобы быть здоровыми.Игра «Здравствуй»Под музыку дети гуляют по залу. Как только музыка заканчивается, дети подходят друг к другу и начинают здороваться: коленом, плечом, спиной, носом.В зал входит медсестра Витаминкина: .**Витаминкина:** Так-так, а что это у вас здесь происходит?**Ведущий:** Спортивные соревнования, посвященные Дню здоровья!**Витаминкина:** Здоровье – это хорошо! А вы-то, все здоровы?**Дети:** Здоровы!**Витаминкина:** А кто это вам сказал, что вы здоровы? Только я, медсестра Витаминкина, могу сказать, что вы здоровы! А я этого пока не говорила. Для начала надо вас осмотреть (обходит детей, заглядывает в рот, слушает, обращается к ведущему)**Витаминкина:** Странно, ваши дети абсолютно здоровы…Вы таблетки им давали?**Ведущий:** Нет!**Витаминкина:** А может микстуру или касторку?Ведущий: Нет!**Витаминкина:** Не понятно! В чем же тогда секрет здоровья ребят?**Ведущий**: А начинается наш день с зарядки. **Витаминкина**: Вы хотите сказать, что ваши дети делают каждый день зарядку и поэтому они не болеют?**Ведущий:** Да, наши дети очень любят делать зарядку, посмотрите!**Разминка «Мультзарядка»****Ведущий:**А, перед сном наши дети обтираются влажными варежками!**Витаминкина**: Да вы что, они заболеют, у них же температура будет подниматься после обтирания! (достаёт большой градусник и начинает мерить температуру детям, охает, удивляется, что ни у кого нет температуры).**Ведущий**: Да не нужен нашим детям градусник, мы лучше с ним поиграем! А вы, уважаемая медсестра, не волнуйся, лучше посмотрите, какие наши ребята бодрые, ловкие, весёлые,разрешите нам начать соревнования и показать какие наши ребята смелые, ловкие и умелые ребята. **(деление на 2 команды)** В наших соревнованиях будут принимать участие две команды: **«Силачи» и «Смельчаки»****Эстафета «Градусник»**Первый игрок бежит с «градусником» до стульчика, на котором сидит игрушка, ставит градусник и бежит обратно. Второй игрок бежит, вытаскивает градусник и передает его следующему игроку.**Витаминкина:** Ребята, а вы знаете, чтобы быть здоровыми нужно правильно питаться? Может быть, вы даже знаете какая еда полезная, а какая – вредная? Сейчас я проверю, если еда полезная – отвечайте «Да», если не полезная еда – отвечайте «Нет».**Игра «Да и Нет»**Каша – вкусная едаЭто нам полезно? (Да) Лук зеленый иногдаНам полезен дети? (Да) В луже грязная водаНам полезна иногда? (Нет) Щи – отличная едаЭто нам полезно? (Да) Мухоморный суп всегда –Это нам полезно? (Нет) Фрукты – просто красота!Это нам полезно? (Да) Грязных ягод иногдаСъесть полезно, детки? (Нет) Овощей растет гряда.Овощи полезны? (Да) Сок, компотик иногдаНам полезны, дети? (Да) Съесть мешок большой конфетЭто вредно, дети? (Да) Лишь полезная едаНа столе у нас всегда!(Да) А раз полезная еда –Будем мы здоровы? (Да)**Ведущий**: Молодцы, ребята, вы знаете, чтобы быть здоровыми нужно кушать полезную пищу, особенно овощи и фрукты. А давайте поиграем!**Игра «Овощи и фрукты»**Дети встают в круг, у каждого в руках муляж фрукта или овоща. У ведущего и медсестры по одному муляжу (фрукт и овощ). Дети бегают врассыпную, на остановку надо найти себе соответствующий «домик» и подбежать к нему. Ведущий и медсестра в процессе игры незаметно меняются друг с другом муляжами.**Ведущий:**А сейчас ребята вам покажут, как они помогают мамам выбирать в магазине полезные продукты!**Эстафета «Полезные продукты»**Дети по очереди бегут к столу, на котором лежат карточки с продуктами, выбирают одну карточку с полезным продуктом, возвращаются в команду и вставляют карточку в корзинку. По окончанию корзинки показать зрителям и вместе проверить правильность выполнения задания.**Витаминкина**: Ребята, скажите, а вы умываетесь только утром, один раз в день? А когда еще нужно мыть руки? Правильно, ведь чистота – залог здоровья. А кто лучшие помощники чистоты? Попробуйте отгадать загадки.**Загадки**После бани помогаюПромокаю, вытираю.Пушистое, махровое,Чистое и новое. (Полотенце) Ускользает, как живое,Но не выпущу его я.Белой пеной пенится,Руки мыть не ленится (Мыло) Хожу, брожу не по лесам,А по усам, по волосам.И зубы у меня длинней,Чем у волков и у медведей. (Расческа) Волосистою головкойВ рот она влезает ловкоИ считает зубы намПо утрам и вечерам. (Зубная щетка) Чтобы волосы блестелиИ красивый вид имели,Чтоб сверкали чистотой,Мною их скорей помой (Шампунь)**Ведущий**: Молодцы, все загадки отгадали. Ребята, а вы слышали такое выражение: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие…?» Правильно, друзья! Они помогают нам быть здоровыми: вода смывает микробы, свежий воздух сдувает все вирусы, а солнце дарит нам витамин Д, который помогает кальцию попадать в наши косточки и зубы и делать их крепкими. Жаль, что лето еще не скоро, но мы сейчас сделаем свои солнышки, и у нас будет много витамина Д!**Эстафета «Солнышко».**Дети поочередно добегают до желтого обруча, который лежит на полу перед каждой командой, и кладут вокруг него лучики, чтобы получилось солнышко.**Ведущий**: Ребята, посмотрите сколько у нас теперь витамина Д! (Показывает корзину с желтыми мячиками) Давайте поиграем с витаминками!**Игра «Собери витаминки»**Ведущий высыпает из корзины желтые маленькие мячики «витаминки». По сигналу девочки и мальчики собирают «витаминки» в свои корзины. Побеждает та команда, у которой больше «витаминок».**Витаминкина:** Молодцы, ребята, вы такие быстрые и ловкие, как настоящие спортсмены! А я хочу узнать, знаете ли вы разные виды спорта? Давайте поиграем: я называю вид спорта, а вы его изображаете!**Игра «Покажи вид спорта»**Бокс, плавание, баскетбол, футбол, волейбол, бадминтон, лыжные гонки, автогонки, хоккей.**Ведущий**: Молодцы, ребята, вы правильно показали все виды спорта. А знаете ли вы, что хорошее и веселое настроение тоже укрепляет здоровье? Поэтому мы сейчас все вместе будем веселиться, танцевать и укреплять здоровье хорошим настроением!**Общий танец «Хорошее настроение»****Витаминкина:** Ну, детишки, как здоровье?Сердце ровненько стучит?Голова, нога, животик,Зуб случайно не болит?**Дети**: Нет!**Витаминкина:** Хорошо! Тогда давайте повторим, чтобы быть здоровыми, не надо пить таблетки и касторку, а что нужно делать? (спортом заниматься, правильно питаться, гулять на свежем воздухе, соблюдать гигиену, закаляться). Молодцы, все правильно! Мне уже пора в другой детский сад, посмотреть, заботятся ли там дети о своем здоровье? А вам желаю не болеть, продолжать заниматься спортом, закаляться, чаще улыбаться и быть в хорошем настроении. Тогда никакие болезни вам не будут страшны.**Ведущий**: Наш спортивный праздник подошёл к концу.Я желаю вам ребята быть здоровыми всегда.Гуляйте на воздухе, не ешьте перед сном.А летом спите с распахнутым окном.Дружите с водою, купайтесь, обтирайтесь.Зимой и летом физкультурой занимайтесь!Ведь быть здоровым – это так здорово!!! |