Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 52 пгт. Дружинино

**Спортивное развлечение «День здоровья» в старшей и подготовительной группах.**

Подготовила: инструктор по физической культуре Третьякова О. В.

14.04.2022 г.

2022 г.

**Спортивное развлечение «День здоровья» в старшей и подготовительной группах.**

**Предварительная работа:**   
- беседы о здоровье, здоровом образе жизни, как сохранить свое здоровье;  
- рассматривание альбомов, книг, фотографий, презентаций о том, как беречь здоровье.  
**Цель:** Закреплять культурно-гигиенические навыки у детей, приобщать детей к занятиям физкультурой и, к здоровому образу жизни.  
**Задачи:**- развивать двигательные навыки;  
- развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;  
- создать радостное эмоциональное настроение.  
**Пособие**: 2 скамейки, 12 обручей, 12 ленточек, длинная верёвка, 2 желтых кружка, 2 детских стула, 12 желтых «лучиков», 2 больших мешка, маленький мешочек с предметами гигиены.  
*Дети в спортивной форме под марш парами входят в зал, через середину расходятся в разные стороны и садятся на места.*   
**Ведущий:** У нас сегодня большой праздник «День здоровья!». Здоровье-это дар, который мы с вами должны беречь, чтобы всегда быть весёлыми, сильными, красивыми. Ребята, а вы знаете, что надо делать, чтобы быть здоровыми?  
**Дети:** Да!  
**Ведущий:**Сегодня мы вспомним с вами всё, что нужно делать, чтобы быть здоровыми.  
Утром ты зарядку делай  
Будешь сильным ловким смелым!

**Игра-«Зарядка».**

*В зал входит доктор Пилюлькин.***Пилюлькин:** Так-так, а что это у вас здесь происходит?  
**Ведущий:**Спортивные соревнования, посвященные Дню здоровья!  
**Пилюлькин:** Здоровье-это хорошо! А вы-то, все здоровы?  
**Дети:** Здоровы!  
**Пилюлькин:** А кто это вам сказал, что вы здоровы? Только я - доктор Пилюлькин, могу сказать, что вы здоровы! А я этого пока не говорил. Для начала надо вас осмотреть (обходит детей, заглядывает в рот, слушает, обращается к ведущему)

**Пилюлькин:** Вы таблетки им давали?  
**Ведущий:** Нет!  
**Пилюлькин:** А может микстуру или касторку?  
**Ведущий:** Нет!  
**Пилюлькин:** Не понял! В чем же тогда секрет здоровья ребят?  
**Ведущий:** Сейчас они сами об этом расскажут и споют.  
**Пилюлькин:**Вы хотите сказать, что они у вас закаляются и водой холодной

умываются?  
**Ведущий:** Да!  
**Пилюлькин:**Да вы что, у них же температура будет подниматься! (достаёт большой градусник и начинает мерить температуру детям, охает, возмущается)  
**Ведущий:** Ты Пилюлькин, не волнуйся, лучше посмотри, какие наши ребята бодрые, ловкие, весёлые.  
**Игра «Передай быстро обручи»**

*Дети становятся в шеренгу, одна команда против другой, на одной стороне лежат обручи, на другой стоит детский стул. По сигналу первый игрок берёт обруч, пролезает через него и отдаёт следующему игроку, а сам берёт следующий, последний игрок, пролезает через обруч и набрасывает на стульчик.*  
**Ведущий:** Ребята, зарядку мы с вами сделали, напомните нам, что ещё должен делать здоровый ребёнок по утрам? (ответы детей)  
Надо, надо умываться  
По утрам и вечерам  
А не мытым трубочистам  
Стыд и срам!  
**Пилюлькин:**Ребята, чистота – это залог здоровья. А вот кто лучшие помощники чистоты - надо будет вам сказать, слушайте загадки.

**ЗАГАДКИ**

После бани помогаю  
Промокаю, вытираю.  
Пушистое, махровое,  
Чистое и новое. (Полотенце)  
  
Ускользает, как живое,  
Но не выпущу его я.  
Белой пеной пениться,  
Руки мыть не лениться (Мыло)  
  
Хожу, брожу не по лесам,  
А по усам, по волосам.  
И зубы у меня длинней,  
Чем у волков и у медведей. (Расческа)  
  
Волосистою головкой  
В рот она влезает ловко  
И считает зубы нам  
По утрам и вечерам. (Зубная щетка)  
  
Чтобы волосы блестели  
И красивый вид имели,  
Чтоб сверкали чистотой,  
Мною их скорей помой (Шампунь)  
**Пилюлькин:** Хорошо, загадки отгадали, а вот сможете вы на ощупь угадать предметы, которые помогают нам соблюдать чистоту? (из своего чемоданчика достаёт волшебный мешочек, в котором лежат предметы гигиены.)  
 **Игра «Волшебный мешочек»**

**Ведущий:** Чтоб здоровым оставаться нужно правильно питаться!  
В следующем конкурсе вам ребята нужно быть внимательными, если еда полезная отвечать «Да», если не полезная еда отвечать «Нет».  
**Ведущий:**По утрам ты закаляйся  
Водой холодной обливайся  
Будешь ты всегда здоров,  
Тут не надо лишних слов.  
**Ведущий:** Чтобы закаляться, нужно чаще гулять в парках, в лесу. Не забывайте ребята, что очень полезно дышать свежим чистым воздухом, купаться и наслаждаться солнцем.  
Сейчас ребята средней группы сделают так, что в нашем зале станет ещё светлее и теплее. Они соберут солнышки.  
 **Игра «Собери солнышко»**

*2 команды детей. У детей в колонне в руке по лучику. По сигналу педагога по очереди, первый ребенок должен добежать до цели, положить лучик на пол около желтого кружочка и вернуться назад, передав эстафету другому. Выигрывает та команда, которая быстрее соберёт солнышко.***Ведущий:**Чтобы оставаться здоровым нужно заниматься спортом, который помогает быть быстрым, сильным, ловким. Давайте посмотрим, как наши дети могут очень быстро завязать ленточки.  
**Игра «Завяжи ленточку»**

*Двое детей держат в руках верёвку. Дети разделены на две команды. В руках ленточки, по сигналу бегут и завязывают их на верёвке. Чья команда быстрее справится с заданием.***Эстафета «Метко в цель»**

*(Пролезают в обруч, ползут на животе по скамейке, берут маленькие шарики и бросают в мешок, который держат два мальчика средней группы)*  
***Пилюлькин обходит детей, опять смотрит горло, слушает.*  
Пилюлькин:** Ну, детишки, как здоровье? Сердце ровненько стучит? Голова, нога, животик, зуб случайно не болит?  
**Дети:** Нет!  
**Пилюлькин:** Хорошо! Теперь я знаю, чтобы быть здоровым, не надо пить таблетки и касторку. Нужно спортом заниматься и правильно питаться. Очень с вами мне было весело, но мне пора в дорогу! Пойду в гости к другим ребятам посмотрю, ведут ли они здоровый образ жизни? А вам желаю не болеть, продолжать заниматься спортом, закаляться, чаще улыбаться и быть в хорошем настроении. Тогда никакие болезни вам не будут страшны *(уходит)*  
**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!  
Быть здоровым – это так здорово!!!