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!!!