Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида «Ландыш»

города Балашова Саратовской области».

 Спортивное развлечение для детей

дошкольного возраста от 6 до 7 лет

*«День здоровья»*

Авдеева Н.В. – инструктор по физической культуре

 высшей категории

Балашов

2024

**Цель:** популяризация Всемирного праздника «День здоровья», привлечение к активной спортивной деятельности детей, формирование основ здорового образа жизни.

**Задачи:**

*Образовательные:*

- активизировать двигательную активность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве;

-приобщение детей к здоровому образу жизни;

-пропагандировать и формировать здоровый образ жизни;

*Развивающие:*

- развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;

- создавать радостное эмоциональное настроение;

 - развивать чувство ритма, координацию движений;

*Воспитательные:*

-воспитывать интерес к занятиям физической культуры и спорту;

- воспитывать такие качества, как товарищество, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам по состязаниям

**Оборудование:** 2 градусника из картона, 2 детских стула, 2 большие куклы, набор муляжей фруктов, набор муляжей овощей, 2 корзины, мешочек: мыло, расческа, зубная щетка, зубная паста, полотенце, 2 стола, 2 желтого обруча, желтые ленты «лучики» 12 шт, желтые маленькие мячи по 12 шт, 2 подноса, полезные и вредные продукты 12 шт, фонограммы.

**Место проведения:** спортивный зал

**Ход мероприятия.**

**Ведущий:** Здравствуйте дорогие друзья! Мы рады приветствовать Вас на наших весенних соревнованиях, посвященные Всемирному дню здоровья.

7 апреля, на всей планете люди отмечают Всемирный день здоровья. В этот день во всем мире проходят спортивные соревнования и спортивные праздники. А почему такой день существует? Да, потому, что здоровье – это самое дорогое, что есть у человека. Но, что же такое здоровье?

**Дети** по очереди читают строчки:

 Здоровье – это когда тебе хорошо!

 Здоровье – это когда ничего не болит!

Здоровье –это красота!

Здоровье –это сила!

Здоровье –это когда ты радуешься жизни!

**Ведущий**: И все вокруг твердят всегда:

**Все вместе:** Здоровым быть – вот это да!

**Ведущий**: Соревнования, посвященные Всемирному дню здоровья, объявляю открытыми! Но для начала, я предлагаю Вам поздороваться друг с другом, ведь здороваться- это значит желать другому человеку здоровья!

**Коммуникативная песня-игра «Здравствуй, друг!»**

***(муз. Песни «Капель» В.Алексеев)***

**Вступление и проигрыш:***Дети выполняют повороты, стоя врассыпную по залу*

**1 куплет:**Зашагали ноги прямо по дороге.          *Гуляют врассыпную по залу*

                 Весело гуляли и друга повстречали.         *Находят себе пару – друга*

**Припев:**Здравствуй, здравствуй, милый друг!        *Пожимают руки друг другу*

                 Ты посмотри вокруг.                                  *Разводят руки в стороны*

                 Ты мне только улыбнись!                          *Улыбаются друг другу*

                 Крепко обнимись!                                      *Обнимаются*

**Проигрыш:***Дети кружатся в парах, держась за руки*

 **2 куплет:**Зашагали ноги прямо по дороге.         *Гуляют врассыпную по залу*

                 Весело гуляли и друга повстречали.         *Находят нового друга – пару*

**Припев:**Здравствуй, здравствуй, милый друг!        *Пожимают руки друг другу*

                 Ты посмотри вокруг.                                  *Разводят руки в стороны*

                 Ты мне только улыбнись!                          *Улыбаются друг другу*

                 Крепко обнимись!                                      *Обнимаются*

**Проигрыш:***Дети кружатся в парах, держась за руки*

**3 куплет:**Зашагали ноги прямо по дороге.         *Гуляют врассыпную по залу*

                 Весело гуляли и друга повстречали.         *Находят нового друга – пару*

**Припев:**Здравствуй, здравствуй, милый друг!        *Пожимают руки друг другу*

                 Ты посмотри вокруг.                                  *Разводят руки в стороны*

                 Ты мне только улыбнись!                          *Улыбаются друг другу*

                 Крепко обнимись!                                      *Обнимаются*

**Проигрыш:***Дети кружатся в парах, держась за руки*

В зал входит врач Пилюлькина.

**Пилюлькина:** Так- так, а что это у нас здесь происходит?

Вед: У нас сегодня спортивный праздник, посвященный Дню здоровья!

**Пилюлькина**: Здоровье –это хорошо! А вы-то, все здоровы? (Спрашивает у детей)

**Дети:** Здоровы!

**Пилюлькина:** А кто вам сказал, что вы здоровы? Только я, врач Пилюлькина, могу сказать, что вы здоровы! А я этого пока не говорила. Для начала надо вас осиотреть (обходит детей, заглядывает в рот, слушает, обращается к ведущему:

**Пилюлькина:** Странно, ваши дети абсолютно здоровы… Вы таблетки им давали?

Вед: Нет!

**Пилюлькина:** А может микстуру?

Вед: Нет!

**Пилюлькина:** Не понятно! В чем же тогда секрет здоровья детей?

Дети читают стихи:

1 ребенок: Чтоб расти и закаляться.

 Нужно спортом заниматься.

 Занимайтесь, детвора!

 В добрый час! Физкульт-ура!

2 ребенок: Следует ребята знать

 Нужно всем подольше спать

 Ну, а утром не лениться-

 На зарядку становиться!

3 ребенок: Кушать овощи и фрукты

 Рыбу и молокопродукты-

 Вот полезная еда.

 Витаминами полна!

4 ребенок Чистить зубы, умываться,

 И по чаще улыбаться,

 Закаляться, и тогда

 Не страшна тебе хандра

**Вед:** Наши ребята по утрам делают зарядку и любят заниматься физкультурой.

**Пилюлькина:** Вы хотите сказать, что ваши дети делают каждый день зарядку и поэтому они не болеют?

**Вед:** Да, посмотрите, как наши дети делают зарядку!

Дети встают врассыпную и выполняют музыкальную зарядку.

**Вед:** А после зарядки или занятия спортом наши дети моют руки и умываются прохладной водой!

**Пилюлькина:** Да вы что, от прохладной воды они заболеют, у них же поднимется температура! (достает большой градусник т начинает мерить температуру детям, охает, удивляется, что у ни у кого нет температуры!)

 Вед: Да не нужен нашим ребятам градусник, мы лучше с ребятами поиграем! (посоревнуемся).

***Эстафета «Градусник»***

*Дети делятся на две команды. Первый игрок бежит с «градусником» до стульчика, на котором сидит кукла, ставит градусник и бежит обратно. Второй игрок бежит, вытаскивает градусник и возвращается обратно.*

**Пилюлькина:** Ребята, а вы знаете, чтобы быть здоровыми нужно правильно питаться? Сейчас я проверю, если еда полезная- хлопаете в ладоши, если не полезная еда –топаете ногами.

***Игра «Да и нет»***

**Пилюлькина:** - Каша, вкусная еда, это нам полезно?

**Дети:** Да!

**Дети:** Да!- Лук зеленый иногда, нам полезен дети?

**Дети:** Да!
- В луже грязная вода, нам полезна иногда?

**Дети:** Нет!
- Щи, отличная еда, это нам полезно?

**Дети**: Да!
- Фрукты – просто красота, это нам полезно?

**Дети:** Да!
- Грязных ягод иногда, съесть полезно дети?

**Дети**: Нет!
- Овощей растет гряда, овощи полезны?

**Дети:** Да!
Сок, компотик иногда, нам полезны, дети?

**Дети:** Да!

Съесть мешок большой конфет, это вредно, дети?

**Дети**: (Да)
Лишь полезная еда, на столе у нас всегда!
А раз полезная еда – Будем мы здоровы?

**Дети**: (Да)

**Вед:** Молодцы ребята, вы знаете, чтобы быть здоровыми нужно кушать полезную пищу, особенно овощи и фрукты. И следующая игра «Овощи и Фрукты»

***Игра «Овощи и Фрукты»***

*Дети встают в круг. У каждого в руках муляж фрукта или овоща. У ведущего и врача по одному муляжу ( фрукт или овощ). Под музыку дети ходят врассыпную или выполняют легкий бег врассыпную, как только музыка останавливаются овощи встают в круг и фрукты встают в шеренгу, колонну т д.*

**Вед:** А сейчас ребята покажут, как они помогают родителям выбирать в магазине полезные продукты.

***Эстафета «Полезные продукты»***

*Дети делятся на две команды. Напротив каждой команды на столе стоит поднос, на котором лежат полезные и неполезные продукты. Дети по очереди бегут к столу, выбирают один полезный продукт, кладут его в корзину и возвращаются обратно. По окончанию эстафеты показывают корзины и вместе проверяют правильность продуктов.*

**Пилюлькина:** 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. Есть у меня волшебный мешочек, в котором лежат предметы гигиены. Дети на ощупь отгадывают, что за предмет лежит в мешочке.

***Игра «Волшебный мешочек»***

**Вед:** Ребята, а вы слышали выражение: «Солнце, воздух и вода –

 наши лучшие?

**Дети:** друзья!

**Вед:** Правильно, «друзья». Они помогают нам быть здоровыми:

 Вода смывает микробы, свежий воздух сдувает все вирусы, а солнце дарит нам витамин Д, который помогает кальцию попасть в наши косточки и зубы, и делает их крепкими. Жаль, что лето не скоро, но мы сейчас сделаем свои солнышки, и у нас будет много витамина Д.

***Эстафета «Солнышко»***

*Напротив каждой команды на полу лежат обручи желтого цвета. У детей в руках по одной ленточки желтого цвета. Дети поочередно добегают до обруча и кладут вокруг него лучи, чтобы получилось солнышко*.

**Пилюлькина:** Ребята, посмотрите, сколько много витаминок! (Показывает корзину с желтыми шариками). Давайте, поиграем с витаминками.

***Игра «Собери витаминки»***

*Высыпаются из корзины желтые маленькие мячики «витаминки». Под музыку дети собирают витаминки в свои корзины. Кто больше соберет витаминки.*

**Пилюлькина:** Молодцы ребята, вы такие быстрые, ловкие, как настоящие спортсмены! А знаете ли вы, что хорошее и веселое настроение укрепляет здоровье? Мы сейчас все вместе будем веселиться и танцевать, и укреплять здоровье хорошим настроением!

***Общий танец «Хорошее настроение»***

**Пильлькина:** Ну, ребята, как здоровье?

 Сердце ровненько стучит?

 Голова, нога, животик,

 Зуб случайно не болит?

**Дети:** Нет!

**Вед:** Закончились наши игры и соревнования

 И мы хотим узнать сейчас

 Что принесли они для вас?

**Дети:** По утрам делать зарядку, соблюдать режим дня, закаляться, спортом заниматься, физкультурой, правильно питаться, гулять на свежем воздухе, соблюдать правила гигиены.

**Пилюлькина:** Молодцы, все правильно! Мне пора в другой детский сад, посмотреть, заботятся ли там дети о своем здоровье? До свидания, ребята! (уходит).

**Вед:** Наш спортивный праздник подошел к концу. Я желаю вам ребята быть здоровыми всегда! Ведь быть здоровыми – это так здорово!