

Сценарий праздника Здоровья

Воспитатель: Одинцова К.В.

Цель: создание условий для формирования у детей осознанного отношения к своему здоровью, привычки к здоровому образу жизни.

Задачи:

Образовательная: продолжать учить детей действовать сплочённо одной командой.

Развивающая: развивать быстроту, ловкость, выносливость, смелость, внимательность.

Воспитательная: воспитывать привычку и потребность в здоровом образе жизни, правильном питании.

Действующие лица:

Ведущий: Доктор Пилюлькин

Родители, дети средней группы

Оборудование: 2 шт.- среднего диаметра обруч;;2 шт.- корзины; 2 шт.- зубная щётка; 2шт.- зубная паста; 2шт.- мыло; 2шт.- расчёска; 2шт.- полотенце; 2шт.- шампунь; 2шт.- носовой платочек; обруч с разноцветными лентами; 18 шт. – мешочки с песком; 2 мишени; 1 шт. – мяч резиновый; малые мячи красного и зелёного цвета; муляжи овощей и фруктов - огурец, морковь, яблоко, лимон, банан, апельсин; мягкий модуль - тоннель; кирпичики -8 шт..

Ход праздника:

Доктор: Здравствуйте, дорогие ребята! Меня зовут Доктор Пилюлькин!

Я очень рад вас приветствовать на празднике здоровья!

Улыбкой светлой,

Дружным парадом

Весёлую эстафету начать нам надо.

Доктор: Становитесь-ка ребята,

На весёлую зарядку!

Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна,

От лени и болезней спасает всех она!

Под музыкальное сопровождение дети выполняют «Весёлую зарядку»

(с погремушками)

Доктор: Внимание! Внимание!

Начинаем соревнование!

Ребята в две команды становись.

1 эстафета «Собери предметы гигиены»

Дети становятся в 2 колонны. По команде добегают до обруча, в котором лежат: зубная щётка, зубная паста, мыло, расчёска, полотенце, шампунь, носовой платочек и берут по одному предмету. Возвращаются бегом назад по прямой. Добегают до финиша и складывают в корзину. Выигрывает та команда, которая правильно и быстро выполнит задания

Игра «Карусель»

Играющие становятся в круг. На полу лежит обруч с разноцветными лентами, ребята поднимают его с пола и, держась за него правой *(или левой)* рукой, ходят по кругу со словами:

Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели,

А потом кругом-кругом,

Всё бегом-бегом-бегом.

Дети двигаются сначала медленно, а после слов «бегом» бегут. По команде ведущего «*Поворот!*» они быстро берутся за обруч другой рукой и бегут в противоположную сторону.

Тише, тише, не спишите!

Карусель остановите.

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра!

Движение карусели постепенно замедляется и с последними словами прекращается. Играющие кладут обруч на пол и разбегаются по площадке.

2 эстафета «Собери мячи по цвету»

Дети становятся в большой круг. Ведущий высыпает на пол мячи красного и зелёного цвета. По команде «Раз, два, три – свой цвет в корзинку собери!»

дети собирают мячи. Побеждает та команда, которая быстрее и правильно соберёт мячи своего цвета.

Игра «Карлики и великаны»

Дети стоят свободно по залу. Если ведущий скажет карлики, все должны присесть на корточки и вытянуть руки вперед; если скажет великаны, все должны подняться на носки и вытянуть обе руки вверх.

3 эстафета «Сквозь игольное ушко»

(Участник бежит, продевает себя через обруч, добегают до ориентира, обегает его, возвращается обратно и продевает снова через себя обруч, добегают до команды и передает эстафету).

Игра «Да и нет»

-Каша – вкусная еда.

Это нам полезно? (Да)

-Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? (Да) –

-В луже грязная вода

Нам полезна иногда? (Нет)

-Щи – отличная еда

Это нам полезно? (Да)

-Мухоморный суп всегда

Это нам полезно? (Нет)

-Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? (Да)

-Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки? (Нет)

-Овощей растет гряды.

Овощи полезны? (Да)

-Сок, компотик иногда

Нам полезно, дети? (Да)

-Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? (Да)

-Лишь полезная еда

На столе у нас всегда (Да)

-А раз полезная еда

Будем мы здоровы? (Да)

4 эстафета «Метание мешочков в мишень»

(Дети подбегают к корзинке с мешочками берут один мешок и кидают в мишень на расстоянии 1.5 м., возвращаются в команду).

Доктор: Мы ничуть не унываем,

В новую игру играем.

Мяч по кругу покатился,

А потом остановился.

Ты внимательно смотри,

Вместе с мячиком замри!

Слово нужное скажи!

Игра «Мяч по кругу»

Дети встают в круг и под музыку передают друг другу мяч, музыка останавливается и у кого в руке мяч называет полезные для здоровья фрукты или овощи.

5 эстафета «Полоса препятствий»

- «Болото простуды» - прыжки с кочки на кочку (из 1 обруча в другой);
- «Проползти через пещеру ангины» - проползание через тоннель, опираясь на ладони и колени;
- «Пройти по мостику Неболейки» - пройти по канату, руки в стороны;
- «Перешагнуть через гору температуры» - перешагивание через кирпичики.

Доктор: Молодцы! Какие вы ловкие и быстрые.

Игра: «Угадай, что съел»

Рассмотреть разложенные на столе овощи и фрукты (огурец, морковь, яблоко, лимон, банан, апельсин). Предложить ребёнку закрыть глаза и угостить его заранее нарезанными кусочками овощей и фруктов. Ребёнок должен догадаться, что он ест, назвать овощ или фрукт и сказать какой он на вкус.

Доктор: Ребята, вы большие молодцы! Я видел, как вы дружно играете, соревнуетесь, какие вы быстрые, ловкие, находчивые. Нужно спортом заниматься, закаляться и правильно питаться. Сегодня победила дружба.

Доктор Пилюлькин дарит ребятам корзинку с фруктами.

Список литературы:

1. Интернет-ресурсы:

- https://znanio.ru/media/kartoteka_podvizhnyh_igr
- <http://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyuy-obraz-zhizni>
- sdorov/konsult_vitaminy

2. Нищева Н. В. «Картотека подвижных игр, физминуток, пальчиковой гимнастики». Изд.: Санкт – Петербург Детство – Пресс 2010 г.

3. Оздоровление детей в условиях детского сада. Под редакцией Л. В. Кочетковой. М., 2007 г.

4. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Изд. Мозаика-Синтез, Москва 2010 г.

5. Савельева Н. В. Организация оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Ростов-на-Дону, Феникс, 2005 г.