

Сценарий спортивного развлечения в подготовительной группе

«День здоровья»

Цель: пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

Образовательные:

- Обогащать и углублять представления детей о том, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;

- Обогащать представления детей о гигиенической культуре.

Развивающие:

- Развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей;

- Развивать морально –волевые качества: быстроту, силу, ловкость, выносливость.

Воспитательные:

- Воспитывать у детей положительные эмоции

- Формировать навыки сотрудничества друг с другом (умение взаимодействовать друг с другом, оказание взаимопомощи, поддержки в группе в решении основных задач в достижении общей цели).

Организационный момент.

Дети сидят на скамейке в физкультурном зале.

Воспитатель: Ребята, сегодня мы с вами будем разговаривать о здоровье. Ведь как говорится: «Здоровье — всему голова, всего дороже».

Купить можно много:

Игрушку, компьютер,

Смешного бульдога,

Стремительный скутер,

Коралловый остров

(Хоть это и сложно,

Но только здоровье

Купить невозможно.

Оно нам по жизни

Всегда пригодится.

Заботливо надо

К нему относиться.

(Гришин А.)

Да ребята, к своему здоровью надо правильно относиться - здоровье нужно беречь!

Раздается стук в дверь. Входит воспитатель, переодетый в доктора.

Доктор: Здравствуйте, ребята! Меня зовут доктор Витаминкина. По направлению главврача я должна была попасть в детский сад № 4 в вашу группу для профилактической беседы. Туда ли я попала?

Дети: Да!

Доктор: Ой, как много здесь детей!

Воспитатель: Правильно, это же детский сад, здесь и должно быть много детей!

Доктор: А все ли вы здоровы?

Дети: Да мы все здоровы!

Доктор: А вот это, я сейчас и проверю!

Доктор проверяет детей: ставит градусник, трогает, не горячий ли лоб, просит открыть рот и сказать «а» и т. д.

Доктор: Молодцы, не обманули, все здоровы. Ребята, а вы знаете, какое время года наступило?

Дети: Осень.

Доктор: Да, лето закончилось, и наступила осень. А осенью на улице становится холоднее, идут дожди, дует сильный ветер, идет первый снег. Наше здоровье находится в опасности – можно быстро заболеть. Поэтому, ему нужно помогать.

Основная часть.

Доктор: Давайте с вами ребята вспомним, как мы можем сохранить свое здоровье. Во первых по утрам мы не ленимся и делаем. ?

Дети: Зарядку!

1 задание – «Зарядка»

Под песню «Зайцы делают зарядку» дети с воспитателем и доктором делают зарядку.

Доктор: Молодцы! Видно, что зарядку вы умеете делать и делаете ее, наверное, каждый день?

Дети: Да!

2 задание – «Магазин»

Доктор: А, что же вы еще полезное для здоровья делаете?

Дети: Кушаем кашу, суп и др.

Доктор: Правильно! Правильное питание – залог здоровья! А теперь я хочу проверить, знаете ли вы, какие продукты полезны для человека, а какие вредные. Для этого мы отправимся в магазин.

В зале появляется витрина магазина с разнообразными продуктами.
Задача детей купить (*положить себе в корзину*) только полезные продукты.

В конце доктор с остальными детьми проверяют правильность выполнения задания.

3 задание – «*Мы спортсмены*»

Доктор: Зарядку сделали, полезные продукты назвали, чем еще можно укрепить здоровье?

Дети: Надо заниматься спортом!

Доктор: Молодцы! А каким видом спорта занимаетесь вы?

Дети: Футбол, хореография, плавание и др.

Доктор: Если вы и, правда, занимаетесь спортом, то должны быть ловкими, быстрыми, сильными. Вот это мы сейчас и проверим.

Дети делятся на две команды. Каждому ребенку дается воздушный шарик. Дети становятся в две шеренги, вплотную друг к другу, руки находятся на плечах впереди идущего ребенка, шарик прижимают животом. Задача детей идти в шеренге, не трогая руками шарик и не уронив его.

Доктор: Ребята, вы настоящие спортсмены!

4 задание – «*Собери урожай*»

Доктор:

"Лужи, лужи на дорожке!"

Обувай скорей сапожки.

Побежим с тобой по лужам.

Мне товарищ очень нужен.

Ведь по лужам под дождем

Лучше бегать нам вдвоем. "

А можно ли ходить по лужам?

Дети: Можно, но только в резиновых сапогах.

Доктор: Правильно, только в сапожках. Ведь в обычной обуви можно намочить ноги и заболеть.

Дети делятся на две команды. На другой стороне зала лежат «в огороде» овощи и фрукты. Одна команда должна собрать овощи, а другая фрукты. Дети должны пробежать с зонтиком в руке и не наступить в «лужу».

5 задание – «Ромашка»

Доктор: Ребята, а вы знаете, что есть растения, которые помогают человеку укреплять организм. Это лекарственные растения. А какие лекарственные растения знаете вы?

Дети: Подорожник, алоэ, ромашка и др.

Доктор: Ромашка самое известное лекарственное растение. Отваром ромашки можно полоскать горло, промывать нос, обрабатывать рану и многое другое. Да и к тому же это очень красивый цветок.

Дети делятся на две команды. На полу разложены лепестки, и две серединки. Задача детей собрать ромашки из лепестков.

Заключительная часть.

Трое детей рассказывают стихотворение:

"Следует, ребята, знать:

Нужно всем подольше спать.

Ну а утром не лениться —

На зарядку становиться!

Чистить зубы, умываться,

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда,

Не страшна тебе хандра.

У здоровья есть враги,

С ними дружбы не води!

Среди них тихоня лень,

С ней борись ты каждый день.

Чтобы ни один микроб,

Не попал случайно в рот,

Руки мыть перед едой

Нужно мылом и водой.

Кушать овощи и фрукты,

Рыбу, молокопродукты —

Вот полезная еда,

Витаминами полна!

На прогулку выходи,

Свежим воздухом дыши.

Только помни при уходе:

Одеваться по погоде!

Ну, а если уж случилось:

Разболеться получилось,

Знай, к врачу тебе пора.

Он поможет нам всегда!

Вот те добрые советы,

В них и спрятаны секреты,

Как здоровье сохранить.

Научись его ценить!"

Доктор: Ребята, вы молодцы! Вы прекрасно знаете, как беречь и укреплять свое здоровье! Я очень рада, что к вам пришла. И, конечно же, приготовила для вас угощение - витамины.