

**Конспект спортивного развлечения ко Дню здоровья в старшей  
группе**

**«Здоровым быть здорово!»  
7 апреля – Всемирный день здоровья**

Авторы: Веретнова А.С., учитель-дефектолог;  
Петрова Л.М., воспитатель,  
Поморцева Н.С., инструктор по ФК.

**Цель праздника:** формирование потребности в здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста.

**Задачи:**

- помочь детям осознать важность разумного отношения к своему здоровью;
- способствовать укреплению здоровья детей, общей физической подготовки;
- развивать коммуникативные способности, внимание, фантазию, смекалку, творческие способности, речь;

**Оборудование:** музыка для зарядки, угощение для детей, предметы гигиены по количеству детей (мыло, мочалка, зубная паста, и т.д.), мешочки для метания, воздушные шары, 2 мяча.

**Ход мероприятия:**

**Воспитатель:** Здравствуйте, дорогие ребята! Мы рады видеть вас на нашем празднике здоровья "Здоровым быть здорово!". 7 апреля на всей планете люди отмечают Всемирный день здоровья. В этот день во всем мире проходят спортивные соревнования и праздники, чтобы дети всей планеты росли здоровыми и крепкими, смелыми и отважными, ловкими и сильными!

В зал входит Незнайка.

**Незнайка:**

-Ой, а куда это я попал? (ответы детей)

-Ничего не знаю и не понимаю. А зачем это все вообще нужно? А почему такой день существует?

Воспитатель:

-Ребята, давайте поможем Незнайке разобраться.

1. **Незнайка:**

- Нет, нет, нет! Скучно это!

**Воспитатель:**

Мы с ребятами в детском саду все делаем не скучно, интересно!

**Незнайка:**

- Если не скучно, тогда я согласен.

**Воспитатель:**

Ребята, давайте встанем в круг. Кому Незнайка мяч бросит, тот отвечает. Здоровье – это самое дорогое, что есть у человека. Но, что, же такое здоровье? Тот из вас, кто поймал мяч, продолжает фразу: «Здоровье- это...»

(Здоровье – это ...когда тебе хорошо, ничего не болит, это красота, это сила, это гибкость и стройность, это выносливость. это гармония. когда утром

просыпаешься бодрым и веселым, когда ты с радостью выполняешь любую работу, когда ты радуешься жизни...)

2. **Воспитатель:** Незнайка, невозможно быть здоровым без зарядки. Мы с ребятами в детском саду делаем зарядку, присоединяйся.

**Незнайка:**

–Я не умею, если вы только меня научите!

**Воспитатель:**

-Конечно научим! Все слышали, чтобы быть здоровым необходимо как можно больше двигаться. Ведь недаром говорят: “Движение – это жизнь”.

Это вовсе не загадка –

Чтобы силу развивать,

И весь день не уставать!

Мы выходим на площадку,

Начинается ... - ответ детей (зарядка).

Кто с зарядкой дружит смело,

Кто с утра прогонит лень,

Будет смелым и умелым,

И веселым целый день!

У нас все по распорядку!

Ну-ка, стройся на зарядку!

Воспитатель включает музыку и дети вместе с Незнайкой делают зарядку

3. **Незнайка:**

- Такие вы умные, но я все-таки не понимаю, помогите мне разобраться, что полезно для здоровья, а что нет. Я сейчас буду задавать на вопросы, а вы отвечайте «ДА» или «НЕТ»

-Каша вкусная еда, это нам полезно....ДА

-В луже грязная вода, ведь полезна иногда?....НЕТ

- Мухоморный суп полезный, будем есть его всегда?....НЕТ

- Грязных ягод иногда съесть полезно, дети?...НЕТ

-Овощи и фрукты навсегда, нам полезно, дети?...ДА

-Съесть большой мешок конфет, нам полезно?...НЕТ

*Незнайка:*

-Какие дети в детском саду умные, все знают!!! Давайте задам еще несколько вопросов.

-Если ты заходишь в спальню,

Бегай, прыгай и толкайся!

Никогда не извиняйся,

Что нарушил сон детей.

А потом ложись в кроватку,

Покрутись на ней подольше,

Посвисти, покурайкай-

Голос надо развивать!

Глазки закрывать не стоит

Им не нужно отдыхать...НЕТ

-Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья,  
Должен быть режим у дня... ДА  
- На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.  
Только помни при уходе:  
Одевайся по погоде!...ДА  
-Если утром ты проснулся,  
Потянулся, улыбнулся –  
Не спеши пойти умыться,  
Лучше сразу сядь за стол... НЕТ  
-Следует ребята знать,  
Нужно всем подольше спать.  
Ну, а утром не лениться –  
На зарядку становиться!...ДА  
-Никогда зубную щетку, детка,  
В руки не бери!  
И улыбкой белоснежной  
Ты нам радость не дари.  
На зубах твоих здоровых  
Пусть появиться налет из микробов...НЕТ  
Чистить зубы, умываться,  
И почаще улыбаться,  
Закаляться, и тогда -  
Не страшна тебе хандра... ДА  
-Быть спортивным,  
ровным, стройным-  
Это просто ерунда!  
Лучше быть кривым, горбатым  
И сутулиться всегда!...НЕТ  
- Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты -  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!...ДА  
Незнайка:  
Удивительно, даже не запутались!

#### **4. Воспитатель:**

-Вот видишь Незнайка, какие ребята у нас сообразительные. Сейчас мы тебе покажем, что они еще и ловкие. Здоровье без двигательной активности невозможно.

#### **Незнайка:**

- Здорово, только я вот не умею ничего.

Воспитатель:

-Не бойся Незнайка, мыс ребятами тебя научим.

**-Эстафета «Самый ловкий»**

Члены команды бросают мешочек в цель, затем оббегают конус и становятся в конец колонны.

**-Эстафета «Пронеси воздушный шар»**

Два участника эстафеты встают лицом друг другу, при этом мяч зажат между ними, проносят воздушный шар, обходят конус, передают эстафету следующим игрокам.

**-Эстафета «Передай мяч»**

Участники выстраиваются друг за другом в колонну, поднимают руки вверх, передают друг другу мяч. Когда мяч оказывается у последнего члена команды в колонне, он встает в начало колонны перед первым игроком.

**Воспитатель и Незнайка** подводят итоги, благодарят детей за участие.

Нам пришла пора расстаться

Я всем желаю никогда

С болезнями не знаться

И быть здоровыми всегда!

(Дети под музыку выходят из зала).