

**Конспект спортивного развлечения ко Дню здоровья в
подготовительной 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: создание условий для развития у детей позитивного, ценностного отношения к собственному здоровью; способствовать накоплению опыта в двигательной деятельности.

Задачи:

- развивать физические качества (быстроту, ловкость, силу, гибкость, выносливость);
- развиватьпространственные и координационные способности;
- формировать потребность в здоровом образе жизни;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Оборудование: музыка для зарядки, угощение для детей,предметы гигиены по количеству детей (мыло, мочалка, зубная паста, флакончики из-под шампуней и т.д.), мешочки для метания, воздушные шарик, 2 мяча.

Ход мероприятия:

(Дети входят в спортивный зал, становятся полукругом).

Инструктор/воспитатель:

Я рада приветствовать каждого из вас на Дне здоровья - нашем спортивном празднике «Здоровымбыть здорово!»

Всем известно, и понятно,
Что здоровым быть приятно!
А хотите знать,
Как здоровым стать?

Дети:

Ответы детей...(Да!)

1.Инструктор/воспитатель: Ребята! 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!

(Инструктор/воспитатель включает музыку, дети делают зарядку)

2.Инструктор/воспитатель: Молодцы, ребята! Вижу, что многие из вас делают зарядку, занимаются спортом.

Внезапно вбегает **Аркашка – Замарашка**(лицо испачкано, волосы взлохмачены, руки грязные).

Инструктор/воспитатель:

-Что это за грязный мальчишка к нам пожаловал на праздник?

Аркашка – Замарашка:

Здравствуйте, ребята! (Пытается поздороваться грязной рукой с детьми.)

Я Аркашка – Замарашка!

У меня грязна рубашка,

Щеки, руки, грязный нос,

Я подарки вам принес (достаёт угощение и пытается угостить детей грязными руками, дети не берут угощение).

Инструктор/воспитатель: Аркашка – Замарашка, наши дети знают, что пищу нужно есть только чистыми руками.

Аркашка – Замарашка: а чем же их мыть, ведь простой водой они не отмываются.

Инструктор/воспитатель: Дети, а давайте поможем Аркашке – Замарашке. Ребята, есть такая пословица «Чистота – залог здоровья». Предлагаю рассказать Аркашке какие предметы гигиены существуют. Чтобы это было интересно и Аркаша понял, что дети в детском саду действительно знают предметы гигиены вместе отгадаем загадки:

1. Гладко, душисто, моет чисто.
Нужно, чтоб у каждого было...

Что же это? (*Мыло*)

2. Костяная спинка, жёсткая щетинка,
С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит. (*Зубная щётка*)

3. Дождик тёплый и густой,
Этот дождик не простой,

В ванной он без облаков
Целый день идти готов. (*Душ*)

4. Резинка Акулинка
Пошла гулять по спинке.

Собирается она

Вымыть спинку до красна. (*Мочалка*)

3. Инструктор/воспитатель:

-Предлагаю вам ребята поучаствовать в эстафете «Предметы гигиены». Разделимся на две команды. Каждая команда выбирает себе капитана, название и девиз. Капитан команды объявляет название команды и девиз.

У каждой команды в обруче лежат различные предметы гигиены, которые нужно перенести в другой обруч, расположенный на расстоянии.

После окончания эстафеты «Здоровым быть здорово!»
инструктор/воспитатель: Аркаша, вот тебе мыло душистое и полотенце пушистое – иди умывайся и приходи к нам на праздник.

4.Инструктор/воспитатель:

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым можно стать.

Ребята, давайте встанем в круг. Я предлагаю поиграть в игру “Какая пища укрепляет здоровье, а какая разрушает?”. Если я назову полезные продукты, то вы хлопаете в ладоши, а если вредные для здоровья, то закрываете лицо руками.

Аркаша возвращается в зал.

Инструктор/воспитатель:

-Аркаша, вот теперь ты чистый и опрятный. Ребята возьмем Аркашку с собой играть?

Дети: Да!

Инструктор/воспитатель перечисляет продукты питания (“рыба, чипсы, кефир, пепси, морковь, фанта, яблоки, мясо, лук, капуста, груши, шоколадки, каша, газировка, кириешки, суп, твиксы, котлеты, жвачка, мандаринка.”), играет с детьми.

Инструктор/воспитатель : Чтобы быть всегда здоровым, бодрым, стройным и весёлым,

Дать совет я вам готов - надо кушать помидоры,

Фрукты, овощи, лимоны,

Кашу - утром, суп в обед,

А на ужин винегрет.

5Инструктор/воспитатель:

-Аркаша, ты понял, что нужно для того, чтобы быть здоровым?

(Аркаша перечисляет...)

Инструктор/воспитатель:

Правильно, но этого недостаточно, нужно еще быть физически активным. Предлагаю тебе посмотреть, как наши ребята умеют участвовать в эстафетах и конечно же поучаствовать самому.

-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.

Инструктор/воспитатель и Аркаша подводят итоги, благодарят детей за участие.

Нам пришла пора расстаться

Я всем желаю никогда

С болезнями не знаться

И быть здоровыми всегда!

Вот теперь Аркашка неси свои подарки!

Аркашка раздает угощение, дети под музыку выходят из зала.