**СЦЕНАРИЙ Дня здоровья «Я и дома и в саду с физкультурою дружу» подготовительная группа «Утята».**

Нечесова О.Ю.

Задачи:

1.Приобщать детей к здоровому образу жизни.

2.Развивать быстроту, ловкость, гибкость, координацию движений, через игры и игровые задания.

3.Доставить детям радость.

4.Прививать любовь к физкультурным упражнениям; подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своём здоровье с детства; закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах.

Предварительная работа с детьми:

Провести беседу: «Как надо заботиться о своём здоровье»

Действующие лица:

Ведущий, Ваня Заболейкин.( Родители)

Атрибуты:

Украшение зала, костюм для Заболейкина , ребристая доска (2), кочки массажные (6), гладкая дорожка, НО «Гусеница»; предметы по 2 (зубная щётка, расчёска, мочалка, полотенце, носовой платок, мыло ,шампунь, влажные салфетки);2 столика, муляжи «фрукты. овощи», «продукты», «чипсы, сухарики, доширак, пепси»; маска «микроб»; 8 конусов,2 ведёрка,2 ложки, киндеры (20 шт),2 куклы,

Разрезные картинки «лыжи», «мяч», грамоты, подарки детям.

Ход праздника:

Дети входят в зал и занимают свои места.

Вед: - Ребята, сегодня мы с вами отправимся в путешествие по стране Здоровья! Кто хочет быть здоровым?

Дети: Все!

Вед: - Какого человека мы можем назвать здоровым?

Дети: - Весёлого, подвижного, не болеющего.

В нашем зале сегодня собрались две команды:

«Веснушки», «Улыбка»!

Давайте познакомимся!

Приветствие команды «Веснушки»

Мы спортсмены, мы подружки-

Мы задорные веснушки!

Мы зарядку выполняем

Всем здоровья мы желаем!

Приветствие команды «Улыбка»

Кто спортом занимается –

Здоров и улыбается!

От улыбки мир светлей,

Улыбайтесь веселей!

Вед : - Представляю вам наших судей ! Они будут оценивать ваши выступления и в конце праздника объявят победителя!

Стук в дверь. В гости приходит Ваня Заболейкин.

Вед : - Здравствуй, мальчик! Ты кто?

Ваня :- Заболейкин Ваня я ,Только болен я ,друзья.

У меня унылый вид,

Очень голова болит.

Ломит спину, колет бок,

Нужен врач, он мне б помог.

Вед : - Хватит охать и реветь,

Стыдно мальчику болеть.

Приходи к нам в детский сад,

Здесь узнаешь от ребят:

Как здоровым, сильным быть,

Как без грусти день прожить.

Дети, правда? Мы ведь сможем? Заболейкину поможем!

Дети: - Да!

Вед: - Какая у тебя странная фамилия, Заболейкин!

Ваня: - А мне нравится моя фамилия, она мне как раз подходит, потому, что я постоянно болею. Я сегодня к вам в детский сад пришёл. А завтра я заболею и буду сидеть дома…

Вед: - Что-то непонятное с тобой творится! Неужели тебе нравится всё время болеть, ходить по больницам, пить горькие таблетки? А вы, ребята, любите болеть?

Дети: Нет!

Вед: Почему?

Дети: Скучно сидеть дома. лежать в постели!

Вед: Наши дети умеют гораздо интереснее проводить время. Ребята, а что надо делать, чтобы быть здоровым?

Дети: - Заниматься спортом, делать зарядку, кушать полезные продукты, принимать витамины.

Вед: Действительно, каждый человек может сам себе укреплять здоровье.

Первый шаг на пути к здоровью- это утренняя разминка. И ты, Заболейкин, присоединяйся к нам. Снимай свои перчатки, шапку.

Ваня: - Нет, боюсь, я заболею, простужусь или вспотею!

Музыкально-ритмическая композиция по показу взрослого «Солнышко лучистое» (по типу зарядки)

Вед: Заболейкин, скажи, как ты себя чувствуешь?

Ваня: Почему-то жарко стало. Но мне очень понравилось заниматься.

Дети садятся на стулья.

Вед: Ребята, давайте расскажем нашему Заболейкину ,как можно укрепить своё здоровье .(дети читают стихи)

1.Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать.

2.Приучай себя к порядку,

Делай каждый день зарядку

,Смейся веселей,

Будешь здоровей.

3. В мире нет рецепта лучше,

Будь со спортом неразлучен.

Проживёшь сто лет,

Вот и весь секрет!

В: Ваня, сейчас ребята поучат тебя быть здоровым.

(Ваня Заболейкин выполняет все задания вместе с детьми)

1. «Бодрящая гимнастика» (ходьба по ребристым, колючим и гладким дорожкам)

Ваня: Мне очень понравилось, я тоже буду так заниматься, чтобы быть здоровым и крепким как вы.

Вед: Только помни ты Ванюша,

Крепким стать нельзя мгновенно, закаляйся постепенно!

Для здоровья всем нужна –и весёлая игра!

Давайте покажем Заболейкину как мы умеем играть!

1. Эстафета «Чистота-залог здоровья»

Построение в 2 колонны. Напротив каждой команды корзинка, в ней: зубная щётка, носовой платок, шапка, мыло, шампунь, мочалка, расчёска ,игрушка, кубик, полотенце.; 3 «кочки» на расстоянии 20см.; На расстоянии 4м. от линии старта модуль («Альма»).

Первый в каждой команде добегает до корзинки, берёт 1 предмет, который нужен для здоровья, идёт по «кочкам» до модуля, останавливается и показывает, что надо делать с предметом, который выбрал, оставляет предмет на модуле, возвращается по прямой к команде, передаёт эстафету.

Вед: А что ты любишь кушать, Заболейкин?

Ваня: - конфеты, печенье, торт, кока-колу, лимонад, чипсы!

Вед: Это вкусно, дети?

Д: Да!

Вед: а полезно ли это?

Дети: Нет!

Вед: Чтоб здоровым быть,

учтите вы заранее, что всем необходимо Полезное питание.

Ваня: Попрошу я капитанов, мне помочь и разъяснить, что полезно для здоровья. В магазине что купить!

2. Конкурс капитанов «Собери полезные продукты»

Капитаны встают около столов, на которых корзинка, продукты питания (муляжи). По команде капитаны начинают собирать в корзинку полезные продукты.

Дети:

Мышка плохо лапки мыла

Лишь водичкою смочила,

Мылом мылить не старалась-

И на лапках грязь осталась.

Полотенце в чёрных пятнах,

Как же это неприятно!

Попадут микробы в рот

Может заболеть живот!

(выходит Ваня, на голове маска «микроба», выбирает считалкой второго «микроба»)

3. Подвижная игра «Два микроба»

Дети выстраиваются в одну шеренгу лицом к «микробам», которые располагаются в центре зала.

Микроб: Мы микробы страшные, вредины ужасные

Любим мы ленивых, хитрых, не спортивных

Будем кашлять и чихать, всех на свете заражать.

Дети: От простой воды и мыла у микробов тают силы.

(после этих слов дети перебегают на противоположную сторону, «микробы» ловят.)

Вед: Чтобы микробы были вам не страшны надо принимать витамины! Какие вы знаете витамины?

Д: А. В. С. Д. Е.

4.Эстафета «Витаминка»

Построение в 2 колонны, напротив каждой команды 4 конуса на расстоянии 30-40см., затем кукла (посадить на модуль «Альма»), ведёрко.

-Ходьба «змейкой»,обходя конусы, нести в руке ложку с витаминкой («киндер»),опустить шарик в ведёрко рядом с куклой.

-вернуться по прямому бегу, передать ложку, следующему в колонне.

Вед : Все ребята знают , что здоровье можно укреплять в любое время года и помогут нам в этом спортивные игры.

Вопрос команде «Веснушки»

«Какие вы знаете летние виды спорта?»

Дети: баскетбол, футбол, теннис, бадминтон, плавание….

Вопрос команде «Улыбка»

«Какие вы знаете зимние виды спорта?»

Дети: лыжный спорт, биатлон, фигурное катание, сноуборд….

Ваня: А я тоже хочу поиграть с ребятами!

5. Игра-аттракцион «Собери картинку»

От каждой команды по 6 человек выходят на середину зала. По команде «Раз, два, три -картинку собери!» собирают картинку из частей в обруче (баскетбольный мяч, лыжи)

Ваня: День сегодняшний чудесный

Не растает без следа.

я весёлый праздник этот

Не забуду никогда!

Спасибо вам ребята, я многому научился сегодня! А теперь мне пора, встречусь со своими друзьями и расскажу им как быть здоровыми!!!

Вед: Вам желаю не лениться

Физкультурой заниматься

Витамины есть-стараться

Пить лишь соки и нектары,

Есть арбузы и бананы.

Яблоки, изюм и киви,

Манго сладкое и дыни,

Не болейте, улыбайтесь

Быть здоровыми старайтесь!

Слово предоставляется жюри!

(объявление итогов, награждение. Под музыку дети уходят из зала)