Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад «Солнышко» села Шипуново Шипуновского района Алтайского края

**Сценарий Дня здоровья в подготовительной к школе группе**

Золотарева Анна Александровна,

Воспитатель

с. Шипуново

**Цель:**

Повысить интерес к физической культуре; укрепить**здоровье детей; развить подвижность**, сноровку, ловкость и умение.

**Задачи:**

* совершенствовать уровень физической подготовленности;
* прививать интерес к активному образу жизни;
* воспитывать желание самим заботится о своем **здоровье**;
* формировать волевые качества: целеустремлённость, выдержку, силу, ловкость, воспитывать желание побеждать и сопереживать

**Ход мероприятия**

Утренний прием в костюме доктора. Дети с родителями проходят полосу препятствий, чтобы попасть в группу.

Утренняя беседа *(сидя на паласе в кругу)*

-Сегодня 7 апреля празднуется Всемирный **день здоровья**, и мы сегодня с вами поговорим о **здоровье**. На какое слово похоже слово *«***здоровье***»*? Правильно, оно похоже на слово *«Здравствуй»*. Когда люди **здороваются,** они желают друг другу **здоровья**. Давайте **поздороваемся и мы друг с другом**. А как это сделать без слов, при помощи рук *(рукопожатием, объятьем, похлопыванием по плечу)*. Молодцы, вы теперь пожелали **здоровья себе и своему другу**.

А сейчас я вам расскажу одну старую легенду. Давным-давно в Греции на горе Олимп жили мудрецы – боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали они решать - каким должен быть человек? Один сказал: *«*Человек должен быть сильным*»*, другой: «Человек должен быть **здоровым**», а третий: «Человек должен быть умным». Но один из богов сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам - богам». И решили они спрятать главное, что есть у человека - его **здоровье**. Стали они думать, куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать глубоко в синее море, другие - за высокие горы. А один из богов сказал: «**Здоровье** надо спрятать в самого человека!*»* Так и живет с давних времен человек, пытаясь найти свое **здоровье**. Да не каждому удается найти и сберечь бесценный дар богов.

-А вы ребята чувствуете себя **здоровыми**? Что такое **здоровье**?

( Ответы детей)

Приход героя *«Бацила»*

- Здравствуйте детки, я - Бацила пришла вас всех заразить! **Хотите**?

Тогда вы должны со мной поиграть и решить все мои задания. Смотрите, ребятки, если кто-нибудь сделает ошибку или ничего не знает, того я точно заражу, ведь я настоящая бацила! Будете кашлять и чихать, или еще хуже лежать с температурой дома!

1 задание: Игра *«Хорошо-плохо»*

- Я буду называть действие, а вы говорить хорошо это или плохо!

-Мыть ноги и принимать душ

-Перед сном много есть и пить

-Проветривать комнату перед сном

-Весь деть смотреть телевизор

-Много гулять на свежем воздухе

-Играть перед сном в шумные игры

-Кушать жирную и сладкую пищу

-Есть много овощей и фруктов

-Надевать мокрую одежду и обувь

-Смотреть на яркий свет

-Делать гимнастику для глаз

-Грызть орехи зубами

-2 раза в день чистить зубы.

-Ну что ж, справились вы с этим заданием, хитрые детишки. Ну ничего есть у меня еще задание, которое вы точно не сможете отгадать и я все-таки вас заражу!

2 задание: *«Чистюля»*

-Отгадаете-ка мои загадки? Я начну, а вы кончайте, дружно хором отвечайте.

-Чтоб **здоровым**, чистым **быть надо руки с***(мылом мыть)*

**-Здоровье** в порядке – спасибо *(зарядке)*

-Ежедневно закаляйся, водой холодной *(обливайся)*

-Не болеет только тот, кто **здоров и любит***(спорт)*

-Защититься от ангины нам помогут *(витамины)*

Ну молодцы!

3 Задание: *«Витамины»*

- А вы знаете, какие продукты нужно кушать побольше, чтобы **быть здоровым**?

-Я вот очень люблю конфеты, газировку, шоколадки, жвачки, чипсы! Все дети каждый день должны это кушать.

**Игра *«Да или 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 гряда.

Овощи полезны? *(Да)*

Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? *(Да)*

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? *(Да)*

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда!

А раз полезная еда –

Будем мы **здоровы**? *(Да)*

- Ааааа, ну никак не могу я вас подловить, похоже и правда мне сильные и умные дети попались! Никак не хотят заразиться и заболеть *(топает ногой, злиться)*. Все мои задания правильно выполнили, молодцы! Ну что ж не буду тогда вас простужать. Пойду ка я в другую лучше **группу**, может там смогу детей заразить. До свидания, ребята! Будьте **здоровы**! *(уходит)*

**Вторая половина дня**

Спортивное развлечение с участием родителей

Под музыку дети и родители выстраиваются в 2 команды.

**Игра – разминка «Это правда или нет»**

Вас прошу я дать ответ:

Это правда или нет?

Чтоб с микробами не знаться,

Надо, дети, закаляться *(да)*

Никогда чтоб не хворать,

Надо целый день проспать *(нет)*

Если хочешь сильным быть,

Со спортом надобно дружить *(да)*

Чтоб зимою не болеть,

На улице надо петь *(нет)*

И от гриппа, от ангины

Нас спасают витамины *(да)*

Будешь кушать лук, чеснок –

Тебя простуда не найдет *(да)*

Хочешь самым крепким стать?

Сосульки начинай лизать *(нет)*

Ешь побольше витаминов –

Будешь сильным и красивым *(да)*

- ну что, готовы к испытаниям? Тогда начинаем.

**1 эстафета «Шляпа»**

По сигналу ребенок бежит к стулу, берет шапку, надевает на себя бежит в ней в команду. Передает шапку следующему игроку. Второй надевает шапку и бежит в ней вокруг стула, передает шапку следующему игроку и так вся команда.

**2 эстафета «Покажи вид спорта»**

По очереди командам показывается картинка с каким либо видам спорта, участники без слов показывают этот вид спорта другой команде.

**3 эстафета "Пронеси воздушный шар в шляпе"**

Участники по очереди проносят воздушный шар в шляпе вокруг ориентира.

**5 эстафета "Парочки"**

Участники строятся парами, мяч зажимают между животами и несут так до ориентира, возвращаются обратно и передают мяч следующей паре.

**6 эстафета «Двойной цепной паровозик»**

В эстафете принимают участие все участники команды, начиная с первого, который бежит до ориентира и обратно, цепляет второго, бегут до ориентира и обратно и цепляя третьего и т.д.

**Подведение итогов. Награждение.**

Вот и подошел к концу наш день Здоровья.

Я желаю вам чаще улыбаться,

По пустякам не огорчаться.

Всегда иметь веселый вид,

Вовек не знать, где что болит!

До свидания!