Муниципальное дошкольное бюджетное образовательное учреждение
детский сад №1 «Матрешка»

Спортивное развлечение «День здоровья» для детей разновозрастной группы

Дата проведения: 10.02.2020 г.

Подготовил: воспитатель разновозрастной группы
МДБОУ ДС №1 «Матрешка» Соколова Н. А.

Пошехонье, 2020

Цель: Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:
1. Продолжать укреплять здоровье детей, развивать физические качества.
2. Совершенствовать у детей умения использовать ОВД в играх – эстафетах. Развивать ловкость, быстроту, выносливость.
3. Формировать у детей навыки ритмических движений в соответствии с характером музыки, умение передавать через движение ее эмоционально - образное содержание. Развивать навык выразительного чтения стихотворений.
4. Воспитывать организованность самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения.

Предварительная работа: Беседа, отгадывание загадок, заучивание поговорок о здоровом образе жизни.

Атрибуты и пособия к мероприятию: Шары воздушные, плакат «Здоровье – главное богатство», колонка, медали «Всемирный день здоровья; мячи, палки, ориентиры, корзины, кубики, метёлки, обручи.

Участники развлечения: дети разновозрастной группы.

Ход праздника

Ведущий: Заходите, не стесняйтесь!
Приглашаем всех сейчас
Праздник спорта и здоровья
Начинается у нас

(Под спортивный марш входят в зал дети)

Ведущий: Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник «Всемирный день здоровья». Улыбкой светлой, дружным парадом День здоровья начать нам надо. Давайте все дружно крикнем Дню здоровья «Ура! Ура! Ура!».

Стихи

1 ребенок:
Чтоб расти и закаляться
Не по дням, а по часам
Физкультурой заниматься,
Заниматься надо нам.

2 ребенок:
Чтоб расти нам сильными,
Ловкими и смелыми,
Ежедневно по утрам
Мы зарядку делаем.

3 ребенок:
К солнцу руки поднимаем,
Дружно, весело шагаем,
Приседаем и встаем
И ничуть не устаем!

Ведущий: Кто скажет, что значит «быть здоровым?» (ответы детей). Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом, делать зарядку, закаляться. И конечно мыть руки перед едой, чистить зубы утром и вечером перед сном.

А еще не сидеть на месте, чаще двигаться. Давайте подвигаемся, а лучше посоревнуемся.

Ведущий. Внимание, внимание!
Начинаем соревнования!
Саши, Кати все детишки,
Подтянули вы штанишки.
Громко крикнули в ответ
Вы уже готовы …

Ага, попались,
Громко крикнули тогда
Вы уже готовы…
Ведущий: Команды ждут веселых стартов – итак, мы начинаем.
Стук в дверь.
Ведущий.
Что за гость спешит на праздник?
Как зовут его, узнай?
А для этого загадку поскорее отгадай:
Приходи к нему лечиться
Зверь любой, любая птица.
Всем помочь он поспешит
Добрый доктор …
Дети. Айболит!
Айболит. Ох, дети, еле-еле успел. По полям, по лесам я бежал и все время шептал: детский сад, детский сад, детский сад. И вот я здесь! У вас ангина?
Дети: Нет.
Айболит. Скарлатина?
Дети. Нет!
Айболит. Холерина?
Дети. Нет!
Айболит. Аппендицит?
Дети. Нет!
Айболит. Так вы здоровы?
Дети. Здоровы!
Айболит. А к проверке готовы?
Дети. готовы!
Айболит. Так-так-так! Дышите — не дышите!
Все в порядке отдохните! Руки вместе поднимите, превосходно, опустите, наклонитесь, станьте прямо, улыбнитесь. Да, я доволен осмотром, здоровы, действительно здоровы! Можно начинать состязания. Я слышу какой-то странный звук!
Вбегает Баба-Яга. Она держится за сердце, за поясницу, охает.

Айболит. Баба-Яга., что с тобой, ты заболела? Вставай, у ребят сегодня спортивный праздник.
Баба-Яга. Еле-еле тебя догнала, Айболит, худо мне. Все болит, все хрустит.
Айболит. А что ты кушаешь?
Баба-Яга. Чупа чупс, чипсы, … *(перечисляет вредные продукты)*, Сникерсы очень люблю!
Айболит. Ты неправильно питаешься. Будешь кушать «Сникерс» сладкий,
Будут зубы не в порядке.
Если кто не верит –
На себе проверит.
Ребята, какую еду, что нужно кушать, чтобы быть здоровым и сильным?
Дети. Овощи, фрукты.
Айболит. Скоро лето, поспеют ягоды, вырастут фрукты и овощи. Ешьте их как можно больше, ведь это живые витамины! Но не забывайте, что их нужно мыть водой, а руки — мылом.
От простой воды и мыла у микробов тает сила.
Айболит. А что ты любишь пить?
Баба-Яга. Фанту, колу, спрайт!
Айболит. ОЙ-ой-ой! Ты же губишь себя! А поведай – ка мне, голубушка, о своем двигательном режиме. А скажи-ка, Яга,
Чем ты занята по утрам?
Баба-Яга. Я, ребята, долго сплю,
До полудня я храплю.

Айболит.
Расскажи, но по порядку,
Часто делаешь зарядку?
Спортом занимаешься?
Водою обливаешься?
Баба-Яга. Нет! Зарядки-то, ребята,
Я не делала никогда!

Айболит. Ребята, перед нами типичный случай, и мы сможем Яге помочь, мы научим ее вести здоровый образ жизни! Яга, все твои неприятности от того, что ты ведешь неправильный образ жизни, и если ты будешь продолжать, то можешь оказаться в больнице.
Баба Яга. Ой, я не хочу в больницу! Я хочу вести здоровый образ жизни, только я не знаю что это такое! Научите меня!
Айболит. Ну что ж, начнем! Предлагаю нам немного размяться!

Дети исполняют танец «Солнышко лучистое любит скакать…»

Баба Яга. Ой, вот это я наразмяналась…Рябятки. у меня в избушке завалялися игрушки. Я хоть и старенькая, а играть страсть, как люблю.

- А теперь, мои ребятки,
Отгадайте-ка загадку:
Круглый, мягкий, полосатый,
Нравится он всем ребятам.
Может долго он скакать
И совсем не уставать!

Дети. Мяч!

Ведущий. Бабушка Яга, а ты знаешь какой это полезный предмет?
Ведь с мячом можно выполнять различные упражнения и даже соревноваться. И не случайно ты, наверное, к нам попала именно в этот день. Сегодня Всемирный день здоровья. У наших ребят соревнования. Они нам покажут какие они сильные и ловкие, а ты посмотри и поучись.

Айболит. С вами буду я играть,
Правил чур не нарушать.
Травму чтоб не получить
Аккуратным надо быть.

Ведущий: Делу время – час забаве.
Команда первая – направо. Тут вторая становись.
Ведущий организует спортивные соревнования:

1. **«Передай мяч»:** дети строятся в колонну друг за другом и передают мяч над головой.
2. **«Первый, второй»:** в каждой команде первый ребенок – берет корзину с кубиками, бежит до ориентира и высыпает кубики, а затем возвращается и передает корзину следующему игроку – второму. Он должен добежать до ориентира, собрать кубики и вернуться к команде.
3. **«Полёт на метле»:** Ребенок садится верхом на метлу и бежит до ориентира, обегает его и возвращается к команде, передает метлу следующему игроку.
4. **«Сквозь игольное ушко»:** участник бежит, добегает до ориентира, продевает через себя обруч, обегает его, возвращается обратно и передает эстафету.

Ведущий: Все команды хорошо сыграли, все сразу здоровее стали.
подводятся итоги и вручаются всем без исключения памятные медали

Баба Яга: Ой спасибо вам ребятки. Набегалась, напрыгалась и оздоровилась. Проживу теперь ещё лет 200.
Слыш Айболит. Уже сердце не болит. И спина то не скрипит .
Айболит: Ну, тогда бабуля Ягуля мы с тобой хотим поиграть в твою любимую игру.
Подвижная игра «Баба Яга костяная нога»
(дети и баба Яга стоят на противоположных сторонах, Яга догоняет)

Бабка-ёжка-костяная ножка.
Вышла на улицу увидала курицу,
Курица ко-ко-ко
Бабка-ёжка далеко.

А я вас догоню
Сразу в печку посажу.

Баба Яга: Ой пошутила, пошутила.
В печку вас сажать не стану
Лучше яблочки достану.
Угощайтесь детвора
Здоровенькими будете
На долгие года.
(раздаёт яблоки)
Ведущий: Вот настал момент прощания.
Всем спасибо за внимание.
За задор и звонкий смех,
За огонь соревнованья, обеспечивший успех.

Айболит: В мире нет рецепта лучше: будь со спортом не разлучен.
Проживешь ты до ста лет! Вот и весь секрет.
Праздник завершать пора. Крикнем празднику «Ура!»
(дети под музыку маршируют и выходят из зала)