

*Сценарий праздника «День здоровья» для детей всех групп МКДОУ «Улыбка» г.п.Чегем
(публикация на официальном сайте МКДОУ «Улыбка» г.п.Чегем 03.06.2023г.)*

*Подготовила: воспитатель высшей профессиональной категории
МКДОУ «Улыбка» г.п.Чегем
Жабелова Н.И.*

Цель:

- Формировать у детей положительный эмоциональный настрой;
- Привлечь к участию в досуге и жизни детского сада родителей.

Задачи:

Образовательные:

- Закреплять знания о функциях органов и систем человеческого организма.
- Продолжать формировать представления о полезности, целесообразности физической активности, рационального питания, личной гигиены.

Развивающие:

- Формировать навыки здорового образа жизни.
- Повышать через самомассаж, дыхательную гимнастику

Публикация «Сценарий праздника „День здоровья“ для детей всех групп на улице» размещена в разделах
защитные силы детского организма.

Воспитательные:

- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни.
- воспитывать такие качества, как товарищество, дисциплинированность,

Дети выходят под марш и строятся по группам на площадке (в плохую погоду - в спортивном зале).

Ведущий:

Здравствуйте, дети! Сегодня мы отмечаем **праздник «День здоровья»**. Быть здоровым – это значит, никогда ничем не болеть. Человек может прожить сто лет и даже больше, если будет заниматься спортом. Если будешь делать добрые дела, то и душа твоя будет **здорова**. Надо закаляться, делать зарядку, чтобы всю жизнь до старости не болеть.

Ведущий: Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!

Кто с зарядкой дружит смело,

Кто с утра прогонит лень,

Будет смелым и умелым,

И веселым целый день!

У нас все по порядку!

Ну-ка, стройся на зарядку!

Дети выполняют под музыку ритмическую гимнастику. Буги - вуги

Неожиданно появляется Простуда

Простуда:

Ой, я так спешила, бежала.

А на зарядку опоздала.

Ведущий: Ребятки, вы знаете, кто к нам пришёл?

Дети: Нет.

Простуда: Как не знаете?

Я противная простуда

И пришла я к вам оттуда.

(показывает на окно, начинает громко чихать и кашлять)

Простуда:

Всех я кашлем заражу,

Всех я чихом награжу.

Ведущий: А мы с ребятами не боимся тебя, вредная простуда.

Будем мы всегда здоровы!

Закаляться мы готовы

И зарядку выполнять,

Бегать, прыгать и скакать.

Простуда:

Как подую я на вас,

Как закашляю сейчас,

Всех болезнью заражу

И микробами награжу.

Ведущий:

Ничего, Простуда, у тебя не получится. Видишь, наши детки каждый день занимаются физкультурой.

Простуда: Неужели у меня не получится никого заразить?

Ведущий: Не получится. Ребята давайте докажем простуде, что мы знаем, как быть **здоровыми** и что мы не хотим болеть.

Простуда: Ну что же я проверю ваши знания, а кто ничего не знает того я кашлем награжу (кашляет и чихает).

Ведущий: Ребята, давайте сейчас покажем и расскажем Простуде, что мы знаем о здоровье! И докажете Простуде что вы не хотите болеть, и будете здоровы!

Простуда: 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 проспять? НЕТ

Если хочешь сильным быть,

Со спортом надобно дружить? ДА

Хочешь самым крепким стать?

Сосульки начинай лизать! НЕТ

Ешь побольше витаминов –

Будешь сильным и красивым? ДА

Ведущий: Вот видишь, Простуда, наши дети справились!

А еще, ребята,

Спешу вам сообщить,

Сегодня в путешествие

Хочу вас пригласить!

За морями, за лесами,

Есть огромная страна

Страной «**Здоровей-кой**» зовется она.

(обращаясь к детям). Хотите побывать в этой стране?

Дети:

Да!

Ведущий: А ты, Простуда, хочешь с нами?

Простуда: Конечно, хочу!

Ведущий:

Но до этой страны нужно еще добраться.

В путь дорогу собираемся

За здоровьем отправляемся.

Впереди препятствий много

Будет трудная дорога!

Чтоб ее преодолеть

Нам придется попотеть.

Небольшая полоса препятствий (1 круг вокруг спорт площадки)

Идем как маленькие гномики, (ходьба на полусогнутых ногах, руки на коленях)

А теперь, идем как великаны, (ходьба на носочках, руки наверх)

Впереди большие камни, (ходьба, высоко поднимая ноги)

Осторожно, впереди – болото, прыгаем с кочки на кочку, (прыжки вправо и влево с передвижением вперед)

Впереди река, поплыли, (ходьба широким шагом попеременными круговыми движениями руками)

Осталось совсем немного, шагом марш! (ходьба в колонне по одному)

Змейкой

Перешагиваем препятствия

Ведущий:

Ура! Мы добрались до страны «Здоровей – ка»

Первая станция «Будь внимателен»

Если правило верное и вы с ним согласны, вы будете хлопать, если правило неверное, сразу топайте.

- Садиться за стол с невымытыми руками.
- Есть быстро, торопливо.
- Обязательно есть овощи и фрукты.
- После еды полоскать рот.
- За столом болтать, махать руками.
- Тщательно пережевывать пищу.
- Кушать только сладости.
- Перед едой надо всегда мыть руки с мылом.
- Надо есть продукты, которые полезны для здоровья.
- Пищу нужно глотать не жуя.
- Когда кушаешь, надо обсыпать себя крошками.
- Надо всегда облизывать тарелки после еды.

Следующая станция «Витаминная»

- А вы знаете, какие продукты нужно кушать больше, чтобы быть здоровыми?
- Посмотрите, на этой станции смешались фрукты и овощи с конфетами. Сейчас нам надо разложить их по разным корзинкам!

П/и «Кто быстрее наполнит корзинку»

Следующая станция «Спортивная»

Отгадаете мою загадку?

- Кинешь в речку – не тонет

Бьешь о стенку – не стонет.

Будешь оземь кидать,

Станет кверху летать. (Мяч)

Он бывает баскетбольный,

Волейбольный и футбольный.

С ним играют во дворе,

Интересно с ним в игре.

Скачет, скачет, скачет, скачет!

Ну конечно, это... (мячик)

1. Эстафета для групп «Передача мяча» (как горячая картошка несколько мячей)

2. Повтори за мной

Руки к пяткам и ушам

На колени и к плечам,

В стороны, на пояс, вверх!

А теперь - веселый смех!

Все мальчишки: «Ха-ха-ха!»

Все девчонки: «Хи-хи-хи!»

А все вместе: «Хо-хо-хо!»

Следующая станция «Игровая»

Давайте поиграем в игру «Да, 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, дети? (нет)

Овощей растет гряды.

Овощи полезны? (да)

Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? (да)

Съесть большой мешок конфет

Это вредно дети? (да)

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда!

Ведущий:

Вот и закончилось наше веселое путешествие. Вам понравилось?

Ну, а я желаю вам быть всегда послушными, здоровыми на радость вашим папам и мамам.

Будьте здоровы!

Флешмоб в конце «**Здоровей-ка**»