

Спортивное развлечение для детей старшего дошкольного возраста День здоровья

Участвуют: ведущая, физкультурник, Мойдодыр.

Предварительная подготовка. Элементы костюма для Мойдодыра. Физкультурник может быть одет в спортивную форму, на шее — свисток.

Ход мероприятия

Ведущая.

Встали дети утром на ноги, видят — над землею радуга, Солнечному свету каждый из нас рад,

В мир вбегают дети, словно на парад.

Дружим с солнечным лучом,

С прыгалками и с мячом,

Кеглями и обручами,

В чем вы убедитесь сами.

Нынче праздник, важный день,

Встретить нам его не лень.

Ведущая. Дети, а какой сегодня праздник?

Дети (хором). День здоровья!

Ведущая. Верно! Это один из самых замечательных дней в году, когда все люди показывают, как они дружат с физкультурой и спортом. Ведь от того, насколько часто вы занимаетесь спортом, зависит, каким будет ваше здоровье. И сегодня мы покажем друг другу, как мы любим спорт и любим им заниматься.

Вбегает физкультурник.

Физкультурник. Добрый день, в разговоре о физкультуре я хочу тоже принять участие. Ведь я — физкультурник, мое занятие - учить детей правильно заниматься спортом. Сейчас я предлагаю всем провести несколько упражнений с обручами.

Ведущая. Замечательно. Дети любят этот спортивный предмет. Поэтому, думаю, они будут рады вашему предложению, уважаемый физкультурник.

Физкультурник раздает детям обручи и вместе с ними проводит несколько упражнений. (о.р.у. с обручем)

Ведущая. Вот, оказывается, сколько интересных упражнений можно придумать, если у вас есть такой предмет, как обруч.

Обруч — как солнечный круг,
Обруч - веселый наш друг.

Станет и в холод нам жарко,
Если гуляем с ним в парке.

Физкультурник. А еще есть такой занятный и всем хорошо знакомый предмет, как гимнастическая палка.

Идут раздача детям гимнастических палок и выполнение с ними упражнений.

Ведущая. Оказывается, что и простая палка может стать предметом для спортивных тренировок. Помните об этом, когда гуляете в лесу или сквере. Найдя подходящую палку, вы можете самостоятельно провести спортивную тренировку.

Палка гимнастическая —
Вещь просто удивительная.
Делай с нею упражненья,
И расстанешься ты с ленью.

Появляется Мойдодыр.

Мойдодыр. Здравствуйте, дети, вы меня узнали? Я — умывальников начальник и мочалок командир.

Ведущая. Конечно, мы узнали вас. Дети, кто это явился к нам в гости? Назовите его имя.

Дети (*хором*). Мойдодыр.

Мойдодыр. Я сегодня явился к вам не зря. Ведь сегодня вы говорите про здоровье. А какое же здоровье может быть без чистоты? Тот, кто начинает день не только с зарядки, но и прежде всего — с умывания, а потом не ленится мыть руки с мылом несколько раз в день, будет всегда здоровым, потому что спасет себя от микробов.

Ведущая. Дети, мы можем показать Мойдодыру жестами, как надо правильно умываться?

Мойдодыр. Да-да, а то вдруг есть у вас такой ребенок, который и умываться-то толком не умеет?

Ведущая. Я уверена, что таких, уважаемый Мойдодыр, у нас нет.

Мойдодыр. А как это проверить?

Ведущая. Для этого сначала надо ответить на мои вопросы. Итак, первый вопрос.

— Мы решили умыться. А что для этого нужно? (*Вода, мыло, полотенце*)

— Как надо правильно открыть водопроводный кран? Так, чтобы брызги летели во все стороны? (*Нет, кран надо открыть так, чтобы вода текла небольшой струйкой.*)

— Что надо сделать сначала, прежде чем подойти к умывальнику? (*Закатать рукава, чтобы не намочить рубашку или платье.*)

Покажите, как надо закатывать рукава. Вот так. (*Дети показывают движения.*) Рукава закатали, кран открыли, вода течет тоненькой струйкой. Теперь покажем, как надо мыть руки. Вот так, круговыми движениями, как будто одна ладошка гладит другую.

— Сначала надо смочить руки водой, намылить и потереть одну о другую, чтобы получилась пена — настоящие белые перчатки. А после этого надо смыть мыло водой.

— После того как вы смыли мыло с ладоней, что надо сделать? (*Вытереть их полотенцем.*)

— А как надо правильно вытирать руки полотенцем? (*Каждый палец отдельно.*)

Осталось закрыть кран, а полотенце повесить на место.

М о й д о д ы р . Да, действительно, все дети умеют правильно умываться. Что же, за это их можно только похвалить.

Идет исполнение песни «Малыши крепыши»

Идет чтение детьми монтажа по стихотворению К. И. Чуковского «Мойдодыр» от слов «Да здравствует мыло душистое» до конца.

Ф и з к у л ь т у р н и к . Но все же я предлагаю провести еще несколько веселых соревнований для ребят.

Группа детей делится на несколько команд. Физкультурник объясняет правила каждого соревнования.

Предлагаем следующие варианты конкурсов.

1. *Бегом - сидя.* Соревнование на скорость по бегу, сидя... на ягодицах.
2. *Протолкни мяч.* Дети должны пройти указанную беговую дорожку, толкая перед собой большой надувной мяч. Чтобы это упражнение не показалось слишком легким, участники игры должны пройти свой маршрут на четвереньках, подталкивая мяч головой.
3. *Прыжки через обруч.* Прыжки через обруч до намеченной линии
4. *Меткий стрелок.* Каждой команде вручается маленький резиновый мяч. Теперь каждый игрок обязан попасть этим мячиком в мишень-корзинку.

Ф и з к у л ь т у р н и к . Мы поздравляем победителей соревнований, а всех остальных благодарим за участие в них. И не надо расстраиваться, потому что у нас еще вся жизнь впереди, надо просто всем дружить со спортом, и тогда все тоже станут сильными и ловкими. Я хочу напомнить также всем детям, что разученные упражнения вы впоследствии можете проводить самостоятельно, играя во дворе или в гостях друг у друга.

В е д у щ а я . Вот с какой пользой мы отметили праздник — День здоровья. Мы дали ребятам советы, как самим стать здоровыми.

Ф и з к у л ь т у р н и к . Надо просто дружить со спортом.

М о й д о д ы р . И с чистотой.

Буль-буль-буль - журчит водица,
Будешь чистым, если мыться.
Если мыться от души,
Будут щеки хороши.
Руки будут мытыми,
Дети все — умытыми.

В е д у щ а я . Верно, тогда вы обязательно будете всегда здоровыми.

Давайте закончим этот праздник веселой песней.
Идет исполнение песни «День здоровья»

Использованная литература

1. Вареник Е.Н. – Физкультурное-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.
2. Белостоцкая Т.Ф. - Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 Кн. для работников дошкол. учреждений / Е.М. Белостоцкая, Т.Ф. Виноградова, Л.Я. Каневская, В.И. Теленч. Сост. В. И. Теленчи. – М.: Просвещение, 1987. – 143 с.
3. Шебеко В.Н. – Физкультурные праздники в детском саду: творчество в двигательной деятельности дошкольника: Кн. для воспитателей дет.сада / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – 3-е изд. – М.: Просвещение. 2003. – 93 с.