ГБОУ Школа№2083 ДО «Ивушка»

Образовательная область

«Физическое развитие»

Сценарий физкультурного досуга

**« День здоровья»**

Подготовили и провели:

Инструктор по физической культуре

Перышкова Наталья Геннадиевна

Муз.руководитель Юданова А.И.

Москва 2015г.

Цель досуга: Приобщать детей к здоровому образу жизни.

Задачи досуга:

* Развивать у детей двигательную активность
* Формировать у детей потребность в занятиях физической культурой.
* Закреплять знания детей о полезных и вредных продуктах и правильном питании..
* Развивать у детей ловкость, быстроту, слуховое внимание, чувство соперничества, чувство ритма и пластику.

 Оборудование:   конусы 6шт., 2 зонта, 24 кочки, 3 малых мяча, 3 дуги для подлезания, 3 обруча.

Аудиозапись «Солнышко лучистое», слайды «схема режима дня», фото полезных и неполезных продуктов.

**Ход праздника**

*Дети входят в зал, занимают места.*

**Ведущий** Здравствуйте ребята! Сегодня в нашем саду «ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ». А про здоровье всё знает мой очень хороший знакомый- доктор Пилюлькин. *слайд1* Сейчас я ему позвоню и приглашу к нам в гости. *Звонок. Ведущий обыгрывает телефонный разговор.*

**Ведущий** Здравствуйте доктор! Приезжайте к нам пожалуйста в гости в садик!.....Сказал, что уже едет!

*Звучит музыка тихо.*

**Ведущий** Ого! Кажется уже приехал.Так быстро!

**Пилюлькин.** *Звучит музыка громче, появляется Пилюлькин.* Здравствуйте ребята! Я к вам так спешил! Надеюсь не опоздал?

**Ведущий** Нет, конечно не опоздал! Мы тебя в гости позвали, что бы ты ребятам рассказал, что нужно делать, что бы не болеть.

**Пилюлькин** О-о-о.. Здоровье- это дело такое серьёзное! За ним следить нужно, беречь! *Слайд2 схема режим дня. По схеме доктор ведёт беседу с детьми вопрос-ответ.*

Молодцы! Вижу, что о здоровом образе жизни ребятки знают, не чихают, не кашляют- умнички! Ну, раз здесь никто не болеет-мне пора!

*Собирается уходить,но слышит громкий кашель и чих. Играет музыка входит Незнайка.*

**Незнайка** Пилюлькин! Опять ты где-то ходишь, бродишь! У меня горло болит, голова отваливается, ноги не идут! Ну, дай же мне скорей конфетку вкусняцкую. Я её съем и сразу выздоровлю!

**Пилюлькин** Во первых поздоровайся! А во вторых..Ребята, разве конфетами лечатся? *Ответы детей*

**Незнайка** А как же мне лечится? И что же мне делать, что бы не болеть?

**Пилюлькин** Ребята, а давайте научим Незнайку, как нужно сохранять здоровье?! *Ответы детей*

По утрам нужно обязательно делать зарядку!

**Незнайка** Зарядку?!..Первый раз слышу! *Обращается к детям*  А вы сами-то зарядку делаете? *Ответы детей* А меня научите? *Ответы детей*  Ура!

**Ведущий** Вставай с ребятами и учись!

*Физ.разминка «Солнышко лучистое»*

**Пилюлькин** А ещё нужно правильно питаться!

**Незнайка** Это я умею!!! Мороженое, пироженое, чипсы, кока-кола…

**Пилюлькин** Ой- Ой- Ой….*хватается за сердце*

**Ведущий** Отдохни, Пилюлькин! *Сажает на стульчик* Ребята сейчас расскажут Незнайке, что полезно кушать, а что нет.

*Игра на местах «Полезно-не полезно»*

*На экране детям показывают фотографии (картинки). Если не полезное (напр. жевательная резинка)- дети громко говорят на выдохе: У-У-У-У …. Если полезное (овощи, фрукты и т.д.)- хлопают в ладоши.*

**Незнайка** Ну понял, понял! И это всё?! Всё, что нужно для крепкого здоровья?!...

**Пилюлькин** Ну, почему ...Ещё нужен свежий воздух! Гулять надо…

**Незнайка** *перебивает Пилюлькина* Знаю! Знаю! Это дело я люблю! Как побежишь по лужам, как обрызгаешься!..Штаны мокрые, ноги мокрые..Здорово!

**Пилюлькин** Мне тоже нужен свежий воздух…*вытирает пот со лба, охает, сползает…* Ребята, разве так можно?... *Ответы детей*

**Ведущий** *махает на доктора веером.* Пилюлькин, не переживай! Ребята

*Игра «Весёлая прогулка» ст.гр. «солнышко» Барыкина Тимофеева*

*Под весёлую музыку дети гуляют подскоками врассыпную. Когда музыка закончится- девочки прячутся под желтый зонтик, а мальчики под зелёный.*

**Ведущий** А ещё после дождя через лужи можно перепрыгивать.

*Игра «Через лужи» ст.гр. «Знайки» Осипова Байбородова*

*Дети делятся на команды и стоят в колонне друг за другом. По сигналу первый игрок начинает движение прыжками с кочки на кочку до конуса, обегает его и бегом возвращается к своей команде, передавая эстафету следующему игроку.*

**Незнайка** *ведущий собирает кочки, а Незнайка по пока ещё не убранным кочкам прыгает неумело, промахивается…расстроено лепечет*

У меня так никогда не получится…

**Ведущий** спортом надо заниматься!

**Пилюлькин** Да! Да! Спорт тоже важен для крепкого здоровья! *Слайд*

**Незнайка** Спорт?...Слово какое-то непонятное А что это такое, спорт?..

**Ведущий** Ребята, а давайте поиграем с Незнайкой в спортивные игры? *Ответы детей*

*Эстафета «Передай мяч» подг.гр*

*Дети делятся на команды. У первых игроков в руке маленький мяч. По сигналу первый игрок бежит до дуги, пролезает под ней, добегает до конуса, обегает его и возвращается к своей команде, передавая мяч следующему игроку.*

*Эстафета «Весёлый обруч» подг.гр*

*Дети делятся на команды. По сигналу первый игрок бежит до обруча лежащего на полу, пролезает в него (одевает сверху), добегает до конуса, обегает его и возвращается к своей команде, передавая эстафету следующему игроку.*

**Незнайка** Я всё понял!!! Поглядел на вас: смеётесь, улыбаетесь. Для здоровья ещё нужно хорошее настроение! Правильно, Пилюлькин?

**Пилюлькин** Да, Незнайка, правильно! А ещё нам с тобой уже пора уходить. Меня давно ждут другие ребята.

**Незнайка** А я пойду менять свой образ жизни на здоровый! Спасибо вам всем! Вы многому меня научили!

**Незнайка Пилюлькин** До свидания ребята!

*Незнайка и Пилюлькин под музыку уходят из зала*

**Ведущий** И нам тоже уже пора в группы. Ребята, не забывайте о своём здоровье! Берегите его! До новых встреч!

*Дети под музыку уходят в группы*