

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка – детский сад № 73» города Ставрополя

**НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ**  
**«ЗДОРОВЫ, ВЕСЕЛЫ, ДРУЖНЫ РЕБЯТА ИЗ ДЕТСКОГО САДА 73!»**  
**(АПРЕЛЬ 2024)**

**СЦЕНАРИЙ ДНЯ ЗДОРОВЬЯ**  
**ДЛЯ ГРУПП РАННЕГО ВОЗРАСТА**  
**«СТРАНА ЗДОРОВЬЯ — ВОЛШЕБНАЯ СТРАНА».**

*Задачи:*

*Социально-коммуникативное развитие:*

- поддерживать эмоционально-положительное состояние воспитанников;
- развивать игровой опыт воспитанников, помогая им отражать в игре представления об окружающей действительности;
- поддерживать доброжелательные взаимоотношения воспитанников, развивать эмоциональную отзывчивость в ходе привлечения к конкретным действиям;
- воспитание социальных чувств и навыков: способности к сопереживанию, общительности, дружелюбия, сотрудничества, умения соблюдать правила.

*Познавательное развитие:*

- развивать разные виды восприятия: зрительного, слухового, осязательного;
- развивать наглядно-действенное мышление в процессе решения познавательных практических задач;

*Речевое развитие:*

- развивать понимание речи и активизировать словарь;
- закреплять умение отвечать на вопросы педагога;
- развивать коммуникативно-речевые умения.

*Художественно-эстетическое развитие:*

- воспитывать желание выполнять простейшие танцевальные движения;
- способствовать проявлению активности в игре с персонажами.

*Физическое развитие:*

- обогащать двигательный опыт воспитанников, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- укреплять здоровье воспитанников средствами физического воспитания.

*Содержание деятельности:*

*Воспитатель:* Здравствуйте, ребята! Сегодня мы собрались на нашей спортивной площадке, что бы веселиться и играть. Сегодня праздник – День здоровья! Все люди хотят быть здоровыми! А вы хотите вырасти здоровыми?  
*(Предполагаемые ответы детей: да)*

Появляется домовёнок Кузя.

*Кузя:* Ой, чем это вы тут занимаетесь, и меня не позвали?

*Воспитатель:* Своим здоровьем занимаемся!

*Кузя:* Тьфу, здоровьем.... Да вы посмотрите, вы же маленькие, худенькие (*ребят трогает*). Это я самый здоровый, спортивный и красивый.

*Воспитатель:* Что это ты такое говоришь? Наши ребята спортивные, весёлые и здоровые! Сейчас мы тебе это докажем, но для этого нам нужно попасть в волшебную страну Здоровья. Кузя, ты с нами пойдешь?

*Кузя:* А то! Конечно, пойду!

*Строевая разминка под песню «Ходьба (Мальшарики)»*

*Воспитатель:* Вот мы и в волшебной стране Здоровья!

Кузя, а вот ты знаешь, что для того чтобы не болеть нужно каждый день делать зарядку.

*Кузя:* Зарядку? Я не знаю, что это такое...

*Воспитатель:* Ребята, а вы знаете что такое зарядка? Научим домовёнка Кузю делать зарядку? (*Предполагаемые ответы детей: да*)

*Музыкальная разминка «Парная зарядочка».*

*Кузя:* Зарядка – это весело!

*Воспитатель:* Не только весело, но и очень полезно! Ребята, а что еще надо по утрам обязательно делать, после того как проснулись? (*Предполагаемые ответы детей: умываться*)

*Кузя:* Ой, умываться не люблю! Вода такая холодная и противная!

*Воспитатель:* Просто ты, Кузя, не привык умываться! Это совсем не страшно. Ребята, научим Кузю умываться?

*Игра – имитация «Умывание».*

Дети выполняют движения по показу воспитателя, соответственно тексту.

Утром рано мы проснулись,  
Сладко, сладко потянулись,  
Чтобы сон ушел – зевнули  
Головой слегка трягнули.  
Разбудил нас бег на месте,  
К ванне побежали вместе.  
В ванну мы с тобой войдем  
И откроем кран с водой.  
Побежит вода из крана  
Быстрой чистою струёй  
Поднесём мы к ней ладошки,  
В них сто капель наберём,  
Глазки вымоем и ушки,  
Шею и лицо протрём.  
Умывались и плескались,  
Зубы вычистить старались,  
Причесались аккуратно  
Приделались все опрятно.  
Не хотим мы больше спать,  
Будем весело играть!

*Кузя:* Играть я люблю! Это, что, тоже полезно для здоровья?

*Воспитатель:* Конечно! Игры на свежем воздухе очень полезны для здоровья, особенно в хорошую солнечную погоду! Погуляем, поиграем, погреемся на солнышке? (*Предполагаемые ответы детей:* да)

*Хороводная игра «Греемся на солнышке».*

Проигрыш – идут по кругу.

Греются на солнышке малые ребята,

Очень рады солнышку пушистые котята. *Идут по кругу.*

Проигрыш – «изображают котят»

Греются на солнышке наши ребятишки,

Очень рады солнышку зайчишки – шалунишки. *Идут по кругу.*

Проигрыш – прыжки на двух ногах.

Греются на солнышке маленькие ножки,

Шлепают по лужицам красивые сапожки. *Идут по кругу.*

Проигрыш – топают ногами.

Ах, какие теплые дуют ветерочки,

Теплые при теплые стоят у нас денёчки. *Машут руками над головой.*

Проигрыш – кружатся на месте.

*Кузя (достаёт платочек):* Здорово погрелись на солнышке! И какой теплый ветерок, смотрите, как он играет с моим платочком! Хотите и вы поиграть с платочками и с ветерком? (*Предполагаемые ответы детей:* да)

Детям раздают по одному платочку.

Музыкально-подвижная игра «Ветерок и платочки»

*Кузя:* Ох, отлично поиграли, потанцевали, я даже проголодался. Я бы съел чего-нибудь, тортик или пиццу например.

*Воспитатель:* Кузя, тортик и пицца не самая полезная еда, их нельзя часто кушать.

*Кузя:* А какая еда полезная?

*Воспитатель (показывает морковь):* Вот морковь, например, очень полезная еда. Ребята, покажем домовёнку Кузе, какие у нас красивые морковки? (*Предполагаемые ответы детей:* да)

*Детям раздают по одной игрушечной морковке.*

*Музыкально-подвижная игра «У меня, у тебя красивая морковка»*

*В конце складывают морковки в корзинку.*

*Воспитатель (отдаёт корзинку с морковью Кузе):* Вот, Кузя, прими от нас с ребятами в подарок эту морковку, в ней много витаминов и она очень полезна для здоровья.

*Кузя:* Спасибо ребята, что взяли меня с собой в волшебную страну Здоровья! Я узнал много нового о правилах личной гигиены, о пользе игр на свежем воздухе и о полезных продуктах, а так же о том, что нужно делать каждый день зарядку. Так здорово, что я подружился с вами. Действительно вы очень спортивные, весёлые и здоровые! Я хочу вас поблагодарить и корзинку яблок подарить. (*Отдает корзинку с фруктами*)

*Воспитатель:* Спасибо тебе Кузя, за такой вкусный и полезный подарок! Нам пора возвращаться из страны здоровья в детский сад.

*Кузя:* Пойду с вами, мне уже тоже домой пора.

*Дети идут по кругу под песню «Ходьба (Малышарики)»*

*Воспитатель:* Вот мы с вами и оказались в детском саду. Ребята, вам понравилось путешествие в Страну здоровья? (*Предполагаемые ответы детей: да*) Вернёмся в группу и попробуем эти вкусные и полезные яблочки!

## **СЦЕНАРИЙ ДНЯ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ МЛАДШИХ ГРУПП «ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ТЁТУШКИ СОВЫ»**

*Задачи:*

*Социально-коммуникативное развитие:*

- развивать у детей эмоциональную отзывчивость, способность различать и понимать отдельные эмоциональные проявления;
- обогащать представления о действиях, в которых проявляются доброе отношение к окружающим;
- оказывать помощь в освоении способов взаимодействия с взрослыми и сверстниками в игре;
- воспитывать социальные чувства и навыки: способность к сопереживанию, общительность, дружелюбие, сотрудничество, умения соблюдать правила.

*Познавательное развитие:*

- расширять у детей представления о компонентах ЗОЖ.
- формировать эмоционально-положительное отношение к людям ближайшего окружения.

*Речевое развитие:*

- обогащать словарный запас детей;
- закреплять умение отвечать на вопросы педагога;
- развивать коммуникативно-речевые умения.

*Художественно-эстетическое развитие:*

- формировать у детей умение выполнять имитационные действия;
- формировать у детей целостную картину мира на основе интеграции интеллектуального и эмоционально-образного способов его освоения.

*Физическое развитие:*

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики, подвижные и музыкально-подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой.

*Содержание деятельности:*

*Воспитатель:* Здравствуйте, ребята! Сегодня мы отмечаем праздник – Всемирный день здоровья! *Раздается телефонный звонок, воспитатель разговаривает по телефону.* Ребята, мне позвонила моя старая знакомая – Тётушка Сова. Гномы из сказочного леса совсем расшалились и перестали её слушаться. Из-за непослушания они совсем разболелись. Тётушка Сова просит нашей помощи. Вы готовы прийти на помощь? Отправимся к ней в гости в сказочный лес на поезде? (*Предполагаемые ответы детей: да*)

*Каждая группа двигается «паровозиком» под песню «Вот поезд наш едет»*

*Воспитатель:* Ребята, вот мы с вами и добрались до сказочного леса. А вот кажется и Тетушка Сова. *Появляется Тетушка Сова.* Здравствуйте, уважаемая!

*Сова:* Здравствуйте, гости дорогие! Вы мне, пожалуйста, помогите, гномов уму разуму научите!

*Воспитатель:* А что с ними случилось?

*Появляются гномы.*

*Сова:* А вот и они. Ну, голубчики, расскажите ребятам, что с вами произошло!

*Тимошка:* Разболелось что-то тело,  
Голова слегка вспотела,  
Справедливо полагаю:  
Вроде я недомогаю.  
Я гулял вчера без куртки.  
Ел мороженное сутки.  
И поэтому охрип.  
У меня, наверно, грипп?

*Воспитатель:* Чтобы гриппом не болеть, нужно укреплять иммунитет!

*Тимошка:* А как?

*Воспитатель:* Нужно закаляться, физкультурой заниматься! По утрам недолго спать, а зарядку выполнять! Ребята, научим Тимошку делать зарядку?  
*(Предполагаемые ответы детей: да)*

*Спортивно – музыкальная разминка «Зарядка (Мальшарики)»*

*Тимошка:* Так зарядка – это весело! Буду каждый день с зарядки начинать!

*Сова:* Татошка, расскажи ребятам, с чего начинается твоё утро.

*Татошка:* Зубы чистить - неохота,  
Умываться не люблю,  
У меня одна забота-  
Кожу берегу свою.  
Утром, глазки я промою,  
Нежно, пальчиком одним,  
Я вполне хорош собою.  
Грязь местами? Это грим.

*Воспитатель:* Ребята, хорошо поступает Татошка? Почему? *Ответы детей.*  
Научим его правильно умываться?

*Музыкальная игра – имитация «Кто умеет чисто мыться»*

*Сова:* Запомни, Татошка, чистота – залог здоровья!

*Воспитатель:* Ребята, что произойдет, если не чистить зубы? *Ответы детей.*  
Если хочешь иметь здоровые и красивые зубы, обязательно подружись с зубной пастой и щеткой!

*Татошка:* Ну, хорошо, я попробую.

*Воспитатель:* Ребята, поможем Татошке? *Ответы детей.*

*Пальчиковая гимнастика «Чистим зубки»*

Чистить зубки начинаем,

Ходит щетка сверху вниз. *(повторяемое движение сверху вниз рукой с воображаемой щеткой около рта)*

Чисто-чисто вычищаем,  
Всем микробам скажем: "Брысь!" (*отмахиваемся ладошкой*)  
Микробы лапками цеплялись, (*движение "хватается" двумя руками одновременно*)  
Тянули щупальца свои, (*шевелим вытянутыми пальцами*)  
Грызть наши зубы собирались, (*понарошку "царапаем" поднятую вверх руку пальцами другой*)  
А мы их щеткой вон смели. (*"подметающее" движение*)  
Не спасется ни один. (*грозим пальчиком*)  
Щетка, торопись вперед! (*указываем вперед вытянутой рукой*)  
Все микробы победим! (*поднимаем руки вверх*)  
Вкусной пастой пахнет рот. (*гладим ротик*)

*Татошка:* Обещаю, что буду умываться и чистить зубы два раза в день!

*Тимошка (держится за живот):* Ой, ой, ой!!!

*Воспитатель:* Тимошка, что случилось?

*Тимошка:* Съел я булку и рожок,  
И с начинкой пирожок.  
Съел я чипсы и ход – дог,  
Пиццы вот такой кусок.  
Что же так живот болит,  
Пропадает аппетит!  
Больше есть я не хочу,  
Мне пора идти к врачу?

*Сова:* Не к врачу тебе надо Тимошка, а научится правильно питаться! Ребята, вы знаете, какие продукты полезны для здоровья? *Ответы детей.*

*Воспитатель:* Ребята, пригласим гномиков с нами потанцевать и узнать, какие продукты можно и нужно есть часто, а какие лишь иногда? *Ответы детей.*

*Музыкальная игра «Ам, ням, ням (Кукутики)».*

*Сова:* Отлично, ребята! Вы столько всего знаете и гномов моих научили. Но у меня для вас для всех, есть ещё один совет!

Чтоб не быть больным и хмурым,

Занимайся физкультурой!

Тот, кто очень любит спорт,

Может быть собою горд.

*Воспитатель:* Наши ребята очень любят физкультуру и спорт! Например, они очень любят бегать.

*Сова:* Очень хотелось бы посмотреть.

*Воспитатель:* Гномы, вы от наших ребят не отставайте, тоже с нами поиграйте.

*Музыкальная игра «Побежали ножки!»*

*Воспитатель:* А ещё, наши ребята, такие крепкие и весёлые, потому что каждый день гуляют на свежем воздухе. А весной, когда солнышко всё вокруг согревает своим теплом, гулять одно удовольствие. Погреемся под солнышком вместе?

*Музыкально-подвижная игра «Солнышко выходи»*

*Тимошка:* Мы поняли, чтобы быть здоровыми надо умываться.

*Татошка:* Делать зарядку, правильно питаться.

*Тимошка:* И, конечно, дружить со спортом и гулять на свежем воздухе!

*Сова:* Спасибо, вам, ребята! Помогли мне рассказать все полезные советы и научили моих гномов, что надо делать, чтобы быть здоровыми. А в благодарность за вашу доброту, я хочу угостить вас вкусными и полезными яблоками!

## **СЦЕНАРИЙ ДНЯ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ СРЕДНИХ ГРУПП «ВИННИ ПУХ И ПЯТАЧОК НА ПРАЗДНИКЕ ЗДОРОВЬЯ».**

*Задачи:*

*Социально-коммуникативное развитие:*

- формировать у детей положительную самооценку, уверенность в своих силах;
- воспитывать сопереживание героям литературных произведений;
- воспитывать культуру общения со взрослыми и сверстниками.

*Познавательное развитие:*

- развивать у детей способы решения поисковых задач в совместной со сверстниками и взрослыми деятельности;

*Речевое развитие:*

- обогащать активный словарный запас детей по теме «Здоровье»;
- совершенствовать диалогическую речь детей;
- развивать коммуникативно-речевые умения.

*Художественно-эстетическое развитие:*

- формировать у детей простейшие образно-выразительные умения, имитировать характерные движения насекомых;
- побуждать интерес творческим проявлениям в игре и игровому общению со сверстниками;
- развивать индивидуальные творческие способности ребенка;
- развивать чувство ритма, умение согласовывать движения с музыкой.

*Физическое развитие:*

- обогащать двигательный опыт детей, способствовать техничному выполнению упражнений;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, гибкость, ловкость), развивать координацию, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, стремление соблюдать правила в подвижных играх;
- укреплять здоровье детей, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку.

*Воспитатель:* Здравствуйте, ребята! Во всем мире 7 апреля отмечают праздник! Вы знаете, что это за праздник? (*Предполагаемые ответы детей: нет, да, день здоровья*) Это праздник – день Здоровья!

Здоровья день, день красоты,  
Его все любят я и ты,  
И все вокруг твердят всегда

«Здоровым быть – вот это да! »

Ребята, вы знаете, что надо делать, чтобы быть здоровыми? *(Предполагаемые ответы детей: заниматься физкультурой, закаляться, всегда мыть руки, соблюдать режим дня, правильно питаться и т.д.)*

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

*Воспитатель:* Ребята, сделаем зарядку вместе? *(Предполагаемые ответы детей: да)* В рассыпную все вставайте, зарядку делать начинайте!

*Спортивно – музыкальная разминка «Утренняя зарядка» (кукутики)*

*1 куплет* - Хлопки, марш на месте, наклоны головы в стороны.

*Припев* – Твист, «насос» вправо и влево; подъем колена к вытянутым рукам; руки в стороны, сгибание к плечам.

*2 куплет* – «Моталочка» перед грудью; прыжки из стороны в сторону; подъем на носки руки вверх.

*Припев* – то же.

*3 куплет* – Прыжки на месте, поднимание и опускание рук, согнутых в локтях, вращение головой.

*Припев* – то же.

*4 куплет* – хлопки, марш на месте, поднимание и опускание плеч.

*Припев* – то же.

*На площадку под музыку из м/ф «Винни Пух и все, все, все» «Кто ходит в гости по утрам» заходят Винни Пух и Пятачок.*

*Воспитатель:* Здравствуй, к кому это вы в гости идёте?

*Винни:* К вам!

*Пятачок:* Да, да к вам! Слышим праздник у вас, дай, думаем в гости зайдём.

*Воспитатель:* Ну, проходите, пожалуйста, мы всегда гостям рады! Правда, ребят? *(Предполагаемые ответы детей: да)*

*Винни:* А чем вы гостей угощать будете? У вас мёд есть? *(Предполагаемые ответы детей: нет)* Как нет? *Замечает бочонок, так вот же он! Заглядывает в бочонок, вы, что весь мёд съели и мне не оставили? (Предполагаемые ответы детей: нет, мы не ели)*

*Пятачок:* Где же вы теперь мёд возьмёте, чтоб своих гостей накормить?

*Воспитатель:* Ребята, вы знаете, откуда мёд берётся? *(Предполагаемые ответы детей: его пчёлы приносят)* Превратимся в пчёлку, соберём мёд для Винни Пуха?

*Музыкальная игра «Пчелка (Галямовой)»*

*Воспитатель:* Мы над цветочками летали,

Нектар сладкий собирали.

Получили мед — что за чудо-мед!

Мед цветочный и гречишный

И на вкус медок отличный.

Приходите, налетайте,

Только меру в еде знайте! *(Отдаёт бочонок Винни Пуху)*

*Винни («выпивает» весь мёд):*

Очень славно подкрепился —

Я медочку всласть напился,

А теперь пора вздремнуть —

Не могу и шаг шагнуть. *(Садиться на скамейку, засыпает)*

*Воспитатель:* Ребята, смотрите, Винни Пух уснул. Разбудим его?

*(Предполагаемые ответы детей: да)*

*Догонялки “Винни Пух сидит и спит” (2 раза)*

*На слова:*

Винни Пух сидит и спит,

На ребяток не глядит

Подойдем к нему скорей.

Будем топтать веселей!

*Дети шагают на месте, топают ногами. Винни Пух просыпается и делает вид, что догоняет детей.*

*Пятачок:* Вот это здорово вы пошутили, нашего обжору разбудили!

*Винни (держась за живот):*

Ох, и сладкий был мед у пчёл!

Только он меня подвел —

Мне не поклониться —

С ног боюсь свалиться!

*Пятачок:* Говорил тебе не зря,

Много есть тебе нельзя.

Об этом знает весь наш лес —

Ты имеешь избыточный вес.

Пора Винни Пух от него избавляться,

Спортом нужно тебе заниматься.

*Винни:* Спортом заниматься это как? Ребята, а вы занимаетесь спортом?  
*(Предполагаемые ответы детей: да)* А я не умею спортом заниматься, что же мне делать?

*Пятачок:* Ребята, как помочь Винни Пуху? *(Предполагаемые ответы детей: научит его, показать ему)*

*Винни:* Вы меня научите? *(Предполагаемые ответы детей: да)*

*Воспитатель:* Ребята, покажем Винни Пуху и Пятачку, как мы умеем бегать и прыгать? И вы, наши гости, не скучайте, вместе с нами поиграйте.

*Музыкально-подвижная игра «Вот бегут, бегут по кругу» (2 раза).*

*Винни:* Спасибо, ребята, что научили меня спортом заниматься. Теперь я точно буду здоровым и стройным.

*Воспитатель:* И запомни Винни, что много мёда есть нельзя, это может быть вредно для здоровья. Лучше ешь побольше полезных продуктов.

*Пятачок:* А какие продукты полезны для здоровья, расскажите ребята?

*Хороводная игра «Вот картошка, вот лучок»*

*Пятачок:* Молодцы, ребята! Сколько полезных овощей знаете!

*Винни:* Я так рад, что вы научили меня, как сохранить и укрепить своё здоровье! У меня такое прекрасное настроение!

*Воспитатель:* Хорошее, веселое настроение тоже укрепляет здоровье!

*Пятачок:* А хорошее настроение бывает тогда, когда рядом с тобой друг! Ребята, поиграете с нами в весёлую игру «Найди друга»? (*Предполагаемые ответы детей: да*)

*Игра «Найди друга» (на основе найди свою пару).*

Все игроки разбиваются по парам. Когда звучит музыка («Если с другом вышел в путь»), дети разбегаются свободно по всей площадке. Когда музыка прекращается, игроки быстро ищут свою пару, улыбаются друг другу.

*Пятачок:* Молодцы, ребята, вы настоящие друзья!

*Винни:* Даже тот, кто в детстве слаб,

Неуклюж и косолап,

Станет сильным, станет смелым,

Станет ловким как медведь.

Нужно только очень – очень,

Очень сильно захотеть.

Спасибо за помощь вам друзья,

Теперь я буду правильно питаться,

Спортом заниматься.

*Пятачок:* Ну как говориться, в гостях хорошо, а дома лучше. Нам пора возвращаться домой, а вас ребята мы хотим поблагодарить, корзину яблок подарить!

*Отдают корзинку с яблоками, прощаются и уходят. Дети возвращаются в группу.*

## **СЦЕНАРИЙ ДНЯ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ГРУППЫ «КАК РЕБЯТА ОХУ ПОМОГАЛИ».**

*Задачи:*

*Социально-коммуникативное развитие:*

- содействовать пониманию детьми собственных и чужих эмоциональных состояний и переживаний;
- поддерживать интерес детей к событиям в коллективе, согласованию действий между собой и заинтересованности в общем результате совместной деятельности;
- создать условия для возникновения у детей нравственного поступка.

*Познавательное развитие:*

- продолжать знакомить детей с компонентами ЗОЖ;
- закреплять позитивный опыт в самостоятельной и совместной со взрослым и сверстниками деятельности;

*Речевое развитие:*

- обогащать активный словарный запас детей по теме «Здоровье»
- формировать культуру общения;
- развивать коммуникативно-речевые умения.

*Художественно-эстетическое развитие:*

- способствовать развитию у детей навыков передачи образа с помощью мимики, жестов, имитационных движений;
- развивать чувство ритма, умение согласовывать движение с музыкой;

– способствовать формированию у детей целостной картины мира на основе интеграции интеллектуального и эмоционально-образного способов его освоения.

*Физическое развитие:*

– обогащать двигательный опыт детей;

– развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику, ориентировку в пространстве;

– воспитывать самоконтроль и самостоятельность, способность проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре.

*Содержание деятельности:*

*Воспитатель:* Здравствуйте, ребята! 7 апреля во всем мире отмечают праздник – День Здоровья! Мы сегодня собрались на нашей спортивной площадке, что бы отпраздновать этот замечательный праздник! Ребята, а что же значит слово «здоровье»? (*Предполагаемые ответы детей: это когда ты не болеешь, правильно питаешься, занимаешься физкультурой и спортом, следишь за гигиеной и т.д.*)

*Воспитатель:* Только тот всегда здоров,

Кто по совету докторов,

Очень любит закаляться,

Любит спортом заниматься.

Вы скажите мне, ребятки, утром делали зарядку? (*да*)

*На площадку вбегает Ах, одетый в спортивный костюм, на голове кепка.*

*Ах:* Здравствуйте, мои друзья! Подождите. Без меня ничего не начинайте.

*Воспитатель:* Здравствуйте, а вы кто?

*Ах:* Ах, извините, я так спешил, что забыл представиться. Меня зовут Ах. Я люблю заниматься физкультурой и спортом, люблю играть в подвижные игры.

Болеть мне некогда, друзья,

В футбол, хоккей играю я.

И очень я собою горд,

Что дарит мне здоровье спорт.

Разрешите мне участвовать в вашем празднике?

*Воспитатель:* Ребята, можно Ах останется у нас на празднике?

(*Предполагаемые ответы детей: да*)

*Ах:* Подравняйтесь, подтянитесь!

На зарядку становитесь!

*Дети встают в колонны.*

*Спортивно – музыкальная разминка «Что нам нужно для зарядки»*

*Звучит грустная музыка, на площадке появляется Ох, тепло одетый, в шапке.*

*Воспитатель:*

Ой, ребята, кто же тут? Может быть, замерзший шут?

В шубе, в валенках и в шапке? Тут не все, видать, в порядке!

Удивительное чудо... Нам скажите. Вы откуда?

По правде, вы такого вида, будто прямо с Антарктиды!

*Ах:* Так это же мой старый знакомый – Ох!

*Ох:* Ох, чихаю, ох, простужен,

И кому такой я нужен?

У меня, меня простите,  
Никакого аппетита!  
Все я мерзну, все болею,  
И час от часу слабею,  
Лишь подует ветерок,

Тут же я валюсь с ног. *(Ох чихает, делает вид что падает)*

*Воспитатель:* Ребята, как вы думаете, почему Ох всё время мёрзнет и болеет? *(Предполагаемые ответы детей: одевается не по погоде, не занимается спортом и т.д.)*

*Ах:* Расскажи нам по порядку: часто делаешь зарядку?

Спортом занимаешься? Водой обливаешься?

*Ох:* Нет, зарядку-то, ребята, я не делаю с утра.

Умываться страшно, братцы, ведь холодная вода!

*Воспитатель:* Умываться совсем не страшно, сейчас мы тебе с ребятами покажем.

*Музыкальная игра-имитация «Умывалочка (Кукутики)»*

*Воспитатель:* Ребята, что Оху нужно делать, чтобы он перестал болеть? *(Предполагаемые ответы детей: делать зарядку, заниматься спортом, закаляться и т.д.)*

*Ох:* ох, не умею я спортом заниматься...

*Воспитатель:* Что же делать, как помочь Оху? *(Предполагаемые ответы детей: научить его, записать в спортивную секцию и т.д.)* Ох, существует такой вид спорта, который называется туризм. В этом виде спорта, люди отправляются в поход и преодолевают различные природные препятствия. Ребята, пригласим Оха и Аха отправиться с нами в поход? *(Предполагаемые ответы детей: да)* Ох и Ах, приглашаем и вас принять участие!

*Ах:* С удовольствием!

*Музыкальная игра с ускорением «В поход пойдём»*

*Ах:* Ах, как здорово! Походы очень полезны для здоровья! А у меня для вас игра, поиграем детвора? Кто даст правильный ответ, что полезно, а что нет?

Каша - вкусная еда

Это нам полезно? (да)

Лук зеленый иногда

Нам полезен, дети? (да)

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? (нет)

Мухоморный суп всегда-

Это нам полезно? (нет)

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? (да)

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки (нет)

Овощей растет гряды

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)

*Ох:* Ох, какие умненькие - разумненькие дети. А я вот тоже хочу проверить всё-ли вы знаете о здоровом образе жизни. Предлагаю поиграть в игру «Доскажи словечко». Слушайте внимательно мои загадки.

*Игра «Доскажи словечко»*

Чтобы сил тебе хватало  
Бегать, прыгать и играть,  
В самый полдень на кроватьку  
Нужно лечь и отдыхать.  
Это значит, что у нас по режиму... (тихий час).

Я повсюду, где бываю,  
Всё на свете успеваю,  
Потому что у меня строгий распорядок...(дня).

Поселилась в ванной туча.  
Дождик льётся с потолка  
Мне на спину и бока.  
До чего ж приятно это!  
Дождик тёплый, подогретый,  
На полу не видно луж.  
Все ребята любят ....(душ)

Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья —  
Очень важен... (режим дня).

Я шагаю по квартире,  
Приседаю: три-четыре.  
И уверен твёрдо я,  
С нею ждёт успех меня! (зарядка)

Можно радоваться птицам,  
Можно просто веселиться,  
Можно воздухом дышать  
Вместе весело... (гулять).

*Воспитатель:* Наши дружные ребята очень любят веселиться, играть и гулять. Поиграем вместе?

*Музыкальная игра с ускорением «Мы пойдём налево, мы пойдём направо»*

*Воспитатель:* Ребята, вы заметили, что наш Ох, перестал охать и жаловаться?

*Ох:* Действительно я чувствую себя намного лучше, даже чихать перестал! Я понял, что нужно следить за своим здоровьем. Обещаю закаляться, по погоде одеваться, кушать овощи и фрукты и другие полезные продукты, делать зарядку и обязательно гулять на свежем воздухе.

*Ах:* Спасибо, ребята, что помогли моему другу Оху! Разрешите вас поблагодарить, корзинку яблок подарить и на весёлый танец пригласить!

*Музыкально-подвижная игра «Замри»*

*Угощают детей яблоками, прощаются.*