

Сценарий дня здоровья для детей подготовительной группы.

«Путешествие на планету Здрайвер»

Цель: повышать интерес у детей к физической культуре и здоровому образу жизни.

Задачи:

Образовательные – способствовать формированию знаний о здоровом образе жизни, прививать интерес к здоровому образу жизни.

Оздоровительные – активизировать двигательную активность дошкольников, развивать двигательные качества.

Воспитательные – воспитывать соревновательные качества, умение помогать, создать позитивное настроение и радость приключений.

Подготовка мероприятия: музыкальный центр, фонограммы песен, телевизор, презентация, мячи, массажные платформы, маленькие мячи, атласные ленты, конусы, гимнастические палки, корзины, ватман, картинки.

Действующие лица: воспитатель, инструктор по фк.

Ход мероприятия:

Начало занятия, дети маршируют в колонну по – одному.

В зал влетает мячик с письмом.

Воспитатель читает. «Спасите, помогите жителям планеты «Здрайвер». С нашим королем произошла беда, он перестал следить за своим здоровьем и всем жителям запретил это делать. Если вы нам не поможете, то наша планета скоро погибнет.

Ребята, вот это история. А вы знаете, где находится планета Здрайвер, и как нам до нее добраться.

Ответы детей.

Правильно межпланетные полеты совершаются на космических кораблях. Но ведь во время полета мы можем встретить инопланетян, и чтобы они нас поняли нам необходимо выучить язык тела и жестов.

Язык тела: взрослые люди (ходьба), дети (бег), птицы (махи руками), животные (ползание на четвереньках).

Язык жестов: все хорошо (палец вверх), приветствие (рукопожатие), я вас понял (о-кей), нужна помощь (круг).

Перед полетом нужно потренироваться, чтобы все это запомнить.

На нашей планете живут **серьезные взрослые** (звучит музыка, дети маршируют), они **приветствуют** друг друга (жест приветствие). Также нашу планету населяют веселые **дети** (бег под музыку) у детей **все хорошо**. На планете много **животных** (под музыку ползание на четвереньках) **я вас понял**. И много **птиц** (махи руками) **нужна помощь**.

Язык тела и жестов мы выучили, теперь мы готовы отправляться в путь.

Приготовили ракеты (раскладываем на пол массажные платформы).

П/И «Ждут нас быстрые ракеты»

По залу раскладываются платформы-ракеты. По количеству их на несколько штук меньше, чем играющих. Дети идут по кругу со словами:

- Ждут нас быстрые ракеты,

Для полёта на планеты.

На какую захотим,

На такую полетим!

Но в игре один секрет:

Опоздавшим, места нет!

После последних слов дети разбегаются и занимают места в «ракетах» (если детей много, то можно усаживаться в одну ракету по два-три человека).

Педагог говорит слова: «Имя ребенка не зевай и ракету занимай» и дети возвращаются в круг. Игра повторяется.

И так ракеты мы заняли, места всем хватило.

Приготовится к старту!

Включить контакт!

Завести моторы!

5, 4,3,2,1 – Полетели!

Ну вот, мы с вами на месте, это планета «Здрайвер», а вот и наш король лежит на кровати (**слайд 1**)

Ребята посмотрите на комнату короля, скажите, почему наш король болен?

Ответы...

Давайте поможем королю навести порядок.

Эстафета «Собери мусор» (на полу разбросаны красные и желтые мячики, необходимо клюшкой завести красные мячи в красный обруч, желтые в желтый).

Эстафета «Положи мусор в корзину»

Порядок мы навели (**слайд 2**). Но что мешает нашему королю быть здоровым?

Ответы....

Ребята, а что будет, если не умываться?

Ответы...

Правильно, если не умываться, то на коже появляется много бактерий и микробов, а они разносят по организму разные болезни. А победить микробов может вода и мыло.

П/И «Победи микроба» (ловишки с хвостиками)

Микробы с хвостиками идут со словами (корчат рожи): «Мы микробы очень любим грязь, мы микробы заразим всех вас». По окончании слов микробы убегают, дети водящие ловят, обезвреживая их (забирают хвостики).

Ребята в благодарность за помощь король приглашает нас пообедать, посмотрите, сколько всего вкусного, но полезна ли эта еда для нашего здоровья (слайд 3)

Ответы...

П/И «Вредная, полезная еда».

Эстафета «Разложи продукты»

Ребята, давайте подумаем, какое еще правило нужно соблюдать, чтобы оставаться здоровыми и не болеть, быть в форме и улыбаться.

Ответы...

Конечно, необходимо много двигаться, гулять на свежем воздухе, заниматься физкультурой и спортом, делать зарядку. Лучшее средство для занятий физкультурой и спортом это мяч.

Эстафета беговая с мячом.

Эстафета с ударом в пол.

Эстафета с передачей мяча или «Быстрый ручей».

А теперь давайте с помощью картинок оставим послание королю, чтобы он смог соблюдать правила здорового образа жизни и смог издать на своей планете правильные законы, чтобы все жители тоже были здоровы. Дети на разноцветном (красный и зеленый) ватмане клеят картинки. На красную часть то, что вредно для здоровья, на зеленую – полезно для здоровья.

Дети садятся на ракеты и отправляются обратно в детский сад.