

Муниципальная бюджетная дошкольная образовательная организация центр
развития ребенка детский сад № 18 муниципального образования
Темрюкский район



СЦЕНАРИЙ ДНЯ ЗДОРОВЬЯ
«Я ЗДОРОВЬЕ БЕРЕГУ – БЫТЬ ЗДОРОВЫМ Я ХОЧУ»
(для детей старшего дошкольного возраста)

Инструктор по физической культуре:
Ольга Викторовна Антонова

2018 год

Сценарий Дня здоровья

«Я здоровье берегу – быть здоровым я хочу»

(для детей старшего дошкольного возраста)

Цели и задачи: Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой. Прививать интерес к здоровому образу жизни, формировать сознательное отношение к своему здоровью, воспитывать желание заботиться о своем здоровье. Развивать силу, ловкость, быстроту, выносливость в играх-эстафетах. Обогащать двигательный опыт детей, развивать ориентировку в пространстве, координацию движений. Создавать положительный эмоциональный настрой, желание заниматься физкультурой.

Атрибуты: гимнастические скамейки – 2 шт.; 4 дуги; ориентиры – 2 шт.; 2 обруча; 2 рюкзака; предметы, которые нужны в поход; 2 мешка для бега; мячи зелёные и красные по количеству участников команд.

Ход мероприятия

Дети заранее в группе выбирают капитанов команд. Дети входят в спортивный зал в колонне по одному под спортивный марш, строятся в одну шеренгу.

Инструктор по физкультуре: Добрый день, дорогие друзья! Я приветствую Вас на традиционном спортивном празднике «День Здоровья».

Будь здоров! Не болей!

Это просьба всех людей!

«Здравствуй» стоит лишь сказать,

И не надо объяснять.

Быть здоровыми хотим

И об этом говорим.

Все люди хотят быть здоровыми, и мы каждому желаем здоровья, когда встречаемся - здороваемся. А что еще нужно делать, чтобы быть здоровым?

(Ответы детей)

Инструктор по физкультуре: Правильно, заниматься физкультурой, делать зарядку, кушать фрукты и овощи, закаляться.

Вот они смелые, сильные, быстрые.

Если ты с утра проснулся,

Улыбнулся, подтянулся.

Зарядку сделал - раз, два, три,

Значит, будешь здоров ты!

Дети перестраиваются в колонну по четыре на выполнение «**весёлой зарядки**». Зарядка выполняется по музыкальное сопровождение.

Инструктор по физкультуре: Предлагаю первое соревнование.

Для занятий, как известно

Обруч нам необходим.

И красиво, и полезно

Упражненья делать с ним.

Посмотрим, как делают упражнения с обручами наши дети.

1. Проводится игра-эстафета «Обручи».

Дети строятся в две команды. Первый участник по сигналу выполняет бег вращая обруч через себя до определённой точки, назад возвращается бегом передаёт обруч следующему игроку. Побеждает команда, которая задание выполнит правильно и закончит раньше.

Инструктор по физкультуре: Соки нам полезны,
Соки так вкусны,
От любых болезней
Спасают нас они.

2. Проводится игра-эстафета «Наш любимый сок».

На стол напротив каждой команды ставят сок для каждого участника эстафеты. По сигналу первый участник бежит к столу и выпивает свой сок, возвращается, передаёт эстафету следующему. Победит та команда, которая не оставит ни капельки сока на донышке и придёт к финишу первой.

Инструктор по физкультуре: Наш праздник продолжается. Будем играть и здоровье укреплять. Я хочу у вас спросить: «Что полезно, а что вредно для здоровья?»

3. Проводится Дидактическая игра «Что полезно, а что вредно для здоровья»

Инструктор по физкультуре задаёт вопросы, а дети отвечают либо «вредно», либо «полезно».

1. Чистить зубы по утрам и вечерам.
2. Кушать чипсы и пить газировку.
3. Мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета.
4. Гулять на свежем воздухе.
5. Гулять без шапки под дождем.
6. Объедаться конфетами, пирожными и мороженым.
7. Делать по утрам зарядку.
8. Закаляться.
9. Поздно ложиться спать.
10. Кушать овощи и фрукты.

Инструктор по физкультуре: Молодцы, на вопросы ответили. Продолжаем соревнования.

4. Проводится игра-эстафета с ведением баскетбольного мяча.

Дети строятся в две команды. Первый участник по сигналу выполняет ведение баскетбольного мяча до определённого места, возвращается назад, передаёт эстафету следующему игроку. Побеждает команда, которая задание выполнит правильно и закончит раньше.

5. Проводится игра-эстафета «полезные продукты».

Дети строятся в две команды. Первый участник по сигналу выполняет бег до определённого места, берёт полезный продукт, назад возвращается бегом, складывает полезный продукт в сумку, передаёт эстафету следующему игроку. Побеждает команда, которая задание выполнит правильно и закончит раньше.

6. Проводится игра на выбывание «Займи место в обруче».

Обручи раскладываются по кругу по количеству детей. Под музыку дети выполняют бег, как только музыка перестаёт звучать, ребёнок должен занять свободный обруч. С каждым разом убирается один (два) обруча. Тем, кому не достался обруч – выбывает из игры. Выигрывает самый ловкий.

Инструктор по физкультуре: Молодцы, ребятки, ну вот и подошли наши соревнования к концу, оказались все:

Вы сильные, умелые, дружные.

Веселые, быстрые и смелые.

Спорт – здоровье!

Спорт - игра!

Скажем все: Физкульт - УРА! (Хором)

Подводится общий итог соревнований, инструктор по физической культуре даёт каждому ребёнку поливитамины.