

Летний «Праздник здоровья»

для детей всех групп

(июнь 2017 года)

Составитель:
зам. заведующего по ВМР
Позлевич Лариса Николаевна

Цель: приобщение детей к здоровому образу жизни.

Образовательные задачи: расширять знания детей об охране и укреплении здоровья, здоровом образе жизни, закреплять имеющиеся умения и навыки.

Развивающие задачи: развивать двигательную активность детей на материале физкультурных разминок, подвижных игр, игр-эстафет, развивать силу, быстроту, выносливость, ловкость; развивать память, мышление, воображение, внимание, речь.

Воспитательные задачи: воспитывать культуру гигиены, здорового образа жизни; воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, сопереживание при участии в коллективных играх и играх-эстафетах.

Оборудование:

- Магнитофон или ноутбук;
- кассеты, диски;
- костюмы для персонажей (Карлесона, доктора Айболита);
- удлинители;
- скамейки для детей;
- корзины или коробки;
- подносы;
- кастрюли;
- средства гигиены (по 2 штуки каждого) – мыло, шампунь, полотенце, расчёска, зубная паста, зубная щётка, мочалка;
- муляжи овощей («для борща» – картошка, капуста, лук, морковь, свёкла, перец, чеснок и другие) и фруктов («для компота» - яблоко, груша, лимон, апельсин, мандарин и др.);
- бумажные самолётики;
- спортивный инвентарь для полосы препятствий;
- угощение для детей (фрукты);
- мел;

Действующие лица:

Ведущий
Карлсон
Доктор Айболит

Под музыку дети всех групп входят на площадку и занимают свои места.

Ведущий: «Здравствуйтесь, ребята!

Вы пришли, друзья, на праздник,
Будут игры, будет смех,
И весёлые забавы приготовлены для всех.
Ну, а вам, ребята, нужно в нём участие принять,
Каждый должен свою силу, свою ловкость показать,
Быть здоровым и весёлым
И, конечно, не скучать!

У нас сегодня будет «Праздник здоровья». Всю неделю вы вспоминали правила здорового образа жизни, говорили о том, что нужно делать, чтобы меньше болеть, а сегодня мы все вместе повторим и закрепим ваши знания и вместе весело поиграем. Вы померитесь силой, проверите свою ловкость, быстроту, а малыши поиграют в интересные игры. А ещё к нам придут гости. Ой, ребята, по-моему, кто-то сюда спешит, слышите: мотор жужжит»

Под музыку прилетает Карлсон.

Карлсон: А вот и я!

Здравствуйтесь, мои друзья!

Ведущий: Здравствуй, Карлсон, дорогой!

Рады встрече мы с тобой!

Карлсон: Прилететь всегда я рад

В свой любимый детский сад!

Ух. Что-то я устал! *(Тяжело вздыхает и ложится на подушку отдохнуть)*

Ведущий: «Что-то ты быстро устал, Карлсон! Ведь до твоей крыши совсем недалеко... В чём же здесь дело?»

Карлсон: Я немного толстоват,

Неуклюж и косолап,

Но поверьте мне, ребята,

В этом я не виноват!

Ведущий: А скажи-ка, Карлсон, нам,

Чем ты занят по утрам?

Карлсон: Я, ребята, долго сплю,

До обеда я храплю.

Ведущий: Расскажи нам по порядку:

Часто делаешь зарядку?

Физкультурой занимаешься?
Водой умываешься?
Карлсон: Нет! Зарядку-то, ребята,
Я не делал никогда!
Умываться?
Страшно, братцы:
Ведь холодная вода!
Может, средство есть такое,
Чтобы сильным, ловким стать,
От других не отставать?

Ведущий: Есть такое средство, есть!
Сладостей поменьше есть!
Утром долго не валяться,
Физкультурой заниматься!
Бегать, прыгать и скакать,
Улыбаться и играть!

Карлсон: « У-у-у! (*Чешет затылок*)
А я, наверно не смогу, я не умею....»

Ведущий: «Ничего не бойся, Карлсон! Ты же не трусишка? Оставайся с нами на празднике. Ты у ребят всему научишься, и не будешь мучиться. Ты научишься быть смелым, сильным, ловким и умелым. Вот послушай с чего нужно начинать своё утро, чтобы быть здоровым.

Ребёнок рассказывает стихотворение:

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

*Руки вверх мы поднимаем,
Дружно, весело шагаем,
Приседаем и встаём
И ничуть не устаём! (4 последние строчки рассказать и показать)*

Карлсон: «Ой, ребята, а я никогда не делал зарядку, я не умею... (*говорит с сожалением*)»

Ведущий: «Карлсон, дорогой. Вставай с ребятами, они научат тебя делать весёлую зарядку!»

Выполняются весёлые физразминки под музыку (сначала со старшими, потом с маленькими детьми – по выбору воспитателей)

Ведущий: « Молодец, Карлсон! У тебя уже получается. Оставайся с нами на празднике. А теперь: внимание, внимание! Предстоят весёлые игры и соревнования! Ребята, а вы знаете, что участвовать в играх и соревнованиях могут только здоровые люди. Как вы думаете, кто нам

поможет узнать, всех ли ребят можно допускать к играм соревнованиям? (Доктор) К нам на праздник обещал приехать сказочный доктор – доктор Айболит. А вот и он»

Под музыку входит Доктор Айболит.

Ведущий: «Здравствуйте, доктор Айболит! Как вы добрались?»

Доктор Айболит: Ох, ребята, я еле-еле успел на ваш праздник.

По полям, по лесам, по лугам я бежал
И два только слова шептал:
- Детский сад, детский сад, детский сад!
Вдруг горы встают у меня на пути,
И я по горам начинаю ползти.
А горы всё выше, а горы всё круче,
А горы уходят под самые тучи!
И сейчас же с высокой скалы
Спустились ко мне орлы:
- Садись, Айболит верхом,
Мы живо тебя доведём!
И вот я здесь!

Ведущий: «Доктор Айболит, посмотрите, пожалуйста, все ли ребята здоровы и к играм и соревнованиям готовы?»

Доктор Айболит: «Ребята, а к проверке вы готовы?»

Ведущий: «Да, готовы»

Доктор Айболит: Тогда прошу всех ровно встать и команды выполнять.

Проводится игра со всеми детьми «Подготовка команд»

Все дышите!

Не дышите!

Всё в порядке, отдохните!

Руки вместе поднимите!

Превосходно, опустите!

Все присядьте!

Быстро встаньте!

Покажите языки!

Уберите!

Наклонитесь!

Разогнитесь!

Хорошенько потянитесь!

Вправо – влево повернитесь!

Улыбнитесь широко!

И попрыгайте легко!

А теперь, друзья, садитесь,

Улыбайтесь! Веселитесь!

Доктор Айболит: Да, осмотром я доволен,

И никто из вас не болен!

Все дети здоровы и к играм и соревнованиям готовы!

Ведущий: «Спасибо, Вам, доктор Айболит! Оставайтесь с нами на празднике! Сейчас мы вместе с вами поговорим о средствах личной гигиены, которые помогают нам быть чистыми. Ведь чистота – это залог нашего здоровья. И непросто поговорим, а отгадаем весёлые загадки.

Дети отгадывают загадки о средствах личной гигиены (загадывать их могут Карлсон и Доктор Айболит):

- *Чтобы чистым быть всегда,
Людям всем нужна... (вода)*
- *Гладко, душисто, моет чисто,
Нужно, чтобы у каждого было душистое... (мыло)*
- *Вы меня намыльте смело,
Сразу я возьмусь за дело.
Руки, ноги, тело тру,
Грязь любую ототру. (Мочалка)*
- *Я всем людям помогаю,
Промокаю, вытираю.
Пушистое, махровое,
Чистое, новое. (Полотенце)*
- *Чтобы волосы блестели
И красивый вид имели,
Чтоб сверкали чистотой,
Мною их скорей помой. (Шампунь)*
- *Очень много в ней зубков
Для кудрей и хохолков.
И под каждым под зубком
Лягут волосы рядком. (Расчёска)*
- *Пластмассовая спинка,
Жесткая щетинка,
С зубной пастой дружит,
Нам усердно служит. (Зубная щётка)*

Ведущий: «Давайте быстро соберём корзины для умывания для Карлсона и ещё посоревнуемся»

Проводится игра-эстафета «Кто быстрее соберёт корзину для умывания» (с большими детьми)

Ведущий: «Карлсон, а ты знаешь, что умываются не только люди, но и даже все животные. Вот посмотри: наши малыши тебе покажут, как»

Проводится игра «Зайка серый умывается» (с малышами)
Зайка серый умывается.

Видно, в гости собирается,
Вымыл носик,
Вымыл хвостик,
Вымыл ухо,
Вытер сухо!
И поскакал в гости!

Ведущий: «Карлсон, а ты знаешь, что для того, чтобы быть здоровым, надо правильно питаться? Вот, например, каких продуктов ты ешь больше всего?»

Карлсон: «Варенье, конфеты, тортики, плюшечки... Это самая вкусная еда!»

Ведущий: «И самая бесполезная! Сладостей нужно есть поменьше. А побольше есть полезные продукты – мясо, рыбу, молоко, творог и, конечно же, овощи и фрукты, потому что – это источник витаминов и питательных веществ»

Карлсон: «А что такое овощи и фрукты?»

Ведущий: «Ребята тебе помогут»

Проводится игра «Рассортируй овощи и фрукты» (2 корзины)

Ведущий: «А из них можно приготовить разные блюда. Например, полезный борщ и вкусный компот»

Проводится игра-эстафета «Кто быстрее приготовит борщ – сварит компот» (для больших детей)

Ведущий: «А еще, Карлсончик, для здоровья важно много двигаться!»

Карлсон: «Вот это я люблю – я очень люблю летать по крышам!»

Ведущий: «Полетай, Карлсон, с ребятами. Только у них пропеллера, как у тебя, нет, поэтому мы летаем на самолётах!»

Проводится игра «Полетаем на самолётах с Карлсоном» (с бумажными самолётиками)

- Приготовились к полёту!

- Завели моторы!

- Полетели!

Ведущий: «Карлсончик, а ты знаешь, что ещё существуют и специальные предметы, спортивное оборудование, которое помогает заниматься физкультурой?»

Карлсон: «Правда? Какое?»

Дети и ведущий: «Мячи, обручи, гимнастические палки, гантели, скакалки, велосипед и др. Вот смотри, как весело с ними можно поиграть»

Проводится игра-эстафета «Преодоление полосы препятствий» (с большими детьми)

Доктор Айболит: «А сейчас я проверю, как ты, Карлсон, запомнил, что полезно, а что вредно для здоровья. А ребята тебе помогут!»

Доктор Айболит или ведущий проводит игру со всеми детьми «Что полезно, а что вредно для здоровья» (Если полезно для здоровья – дети хлопают 1 раз, если нет - не хлопают)

- *Чтоб с микробами не знаясь,
Надо, дети, закаляться!*
- *Никогда чтоб не хворать,
Надо целый день проспать!*
- *Если хочешь сильным быть,
С физкультурой надобно дружить!*
- *От гриппа и ангины
Нас спасают витамины*
- *Хочешь самым крепким стать –
Сосульки начинай лизать!*
- *Будешь кушать лук, чеснок –
Тебя простуда не найдёт!*
- *Ешь побольше витаминов –
Будешь сильным и красивым!*
- *Чтобы зубы укреплять,
Полезно гвозди пожевать!*
- *Блеск зубам чтобы придать,
Крем сапожный нужно взять!*
- *Будем кушать апельсины,
В них так много витаминов!*

Ведущий: « Праздник весёлый удался на славу!

Я думаю: всем он пришёлся по нраву!

А ещё мы сегодня сделали доброе дело: научили Карлесона тому, как сохранить и укрепить своё здоровье, правда, Карлесон?»

Карлсон: Каких ребяток ловких увидел я у вас.

Что значит тренировки – ну просто – высший класс!

Мне тоже захотелось таким спортсменом стать,

Ни в ловкости, ни в силе – ни в чём не уступать.

Займусь теперь зарядкой, и сильным стану я.

И, значит, чемпионом я вырасту, друзья!

Доктор Айболит: Да, Карлсон, это вовсе не загадка –

Для чего нужна зарядка:

Чтобы силу развивать и весь день не уставать!

Если хочешь стать умелым,

Ловким, сильным, быстрым, смелым,

Научись любить скакалки,

Кольца, обручи и палки!

Никогда не унывай, с мячом весело играй!

Тренируясь, мы растём, мы сильнее с каждым днём!

Ведущий: «Доктор Айболит, Карлсон, потанцуйте с ребятами на прощанье!»

*Все дети **танцуют** («Танец утят» или «Весёлая игра»)
После танца, дети садятся на места.*

Доктор Айболит угощает детей фруктами.

Доктор Айболит и Карлесон: Нам, друзья, домой пора!
До свиданья, детвора!
Здоровья вам виноградного,
Настроения шоколадного,
Радости клубничной,
Улыбки земляничной!

Ведущий: «Спасибо, что пришли к нам в гости!»

Доктор Айболит и Карлсон под музыку уходят.

Ведущий: «Ребята, и нам с вами пора возвращаться в группы»

Дети под музыку покидают площадку.