МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО

ВИДА № 5 «ДУБОК» СТАНИЦЫ АРХАНГЕЛЬСКОЙ

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ТИХОРЕЦКИЙ РАЙОН

Сценарий развлечения

для детей среднего возраста (4-5 лет)

«Встреча с Ваней Заболейкиным»

Инструктор по физической культуре

первой квалификационной категории

Канюк Е.К.

2014г.

**Задачи.** Прививать интерес к занятиям физкультурой. Формировать потребность в заботе о своём здоровье. Повышать защитные силы детского организма через самомассаж. Закрепить знания о витаминах, полезных продуктах.

**Оборудование.** Муляжи листьев берёзы, дуба, клёна, муляжи листьев на основании.

**Ход развлечения.**

**Ведущий.** Ребята кто из вас хочет быть здоровым? *Ответы детей.*

**Ведущий.** Какого человека можно назвать здоровым?

**Дети.** Весёлого, подвижного, не болеющего.

*Стук в дверь, входит Ваня Заболейкин.*

**Ваня.** ЗаболейкинВаня я, только болен я друзья.

У меня унылый вид, очень голова болит.

Ломит спину, колет бок, нужен врач, чтоб мне помог!

**Ведущий.** Хватит охать и реветь, стыдно мальчику болеть.

Заходи к нам в детский сад, здесь узнаешь от ребят:

Как здоровым, сильным быть, как без грусти день прожить.

Правда, дети мы ведь сможем? Заболейкину поможем?

**Дети.** Да!

**Ведущий.** Какая у тебя странная фамилия, Заболейкин!

**Ваня.** А мне нравится моя фамилия, она мне как раз подходит, потому, что я постоянно болею. Я сегодня у вас в гостях, а завтра я заболею и буду сидеть дома.

**Ведущий.** Что-то с тобой непонятное творится? Неужели тебе нравится всё время болеть, ходить по больницам, пить таблетки. А вы ребята любите болеть?

Дети. Нет!

**Ведущий.** Почему? *Ответы детей.*

**Ведущий.** Наши дети умеют гораздо интереснее проводить время. Ребята что нужно делать чтобы быть здоровым?

**Дети.** Заниматься физкультурой, делать зарядку, закаляться, кушать полезные продукты.

**Ведущий.** Действительно, каждый человек может сам себе укрепить здоровье. Недаром говорится: «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу». Давайте повторим и запомним эти слова. Ну а теперь поспешим на зарядку. А ты Заболейкин, присоединяйся к нам. Снимай свои перчатки, шапку.

**Ваня.** Нет, боюсь, я заболею. У вас здесь сквозняки.

**Ведущий.** Не бойся Ваня выполняй упражнения вместе с нами.

На весёлую зарядку приглашаем всех с утра, а здоровым быть и крепким помогает нам ходьба. Начнём с неё.

|  |  |
| --- | --- |
| **Спину прямо держим все, нос не опускаем,**  **Так мы весело идём. Весело шагаем.** | Ходьба обычным шагом. |
| **Мы захлопаем в ладоши, раз, два, раз, два.**  **Ведь с хлопками веселее раз, два, раз, два.** | Ходьба на носках, с хлопками в ладоши. |
| **Руки в стороны поднимем и опустим руки вниз.**  **Укрепляем спину, руки. Эй, ребята, не ленись.** | Ходьба на пятках, поднимая руки в стороны и опуская вниз. |
| **Ты на месте, друг, не стой,**  **Бег полезен нам трусцой!** | Бег. |
| **Чтобы день твой был в порядке,**  **Начинай его с за­рядки.** | Ходьба с упражнением на восстановление дыхания и перестроением в круг. |

Общеразвивающие упражнения.

|  |  |
| --- | --- |
| **1.Сделаем разминку,**  **Держим ровно спинку.**  **Голову назад, вперёд,**  **Вправо, влево поворот.** | И.П. – о.с. 1-наклон головы, назад; 2-наклон головы вперёд; 3-наклон, вправо; 4-наклон влево. Повторить 3 раза. |
| **2.Руки вверх поднять прямые,**  **Вот высокие, какие.** | И.П. – о.с. 1-2 руки через стороны вверх; 3-4 и.п. Повторить 4 раза. |
| **3.Ещё выше потянись**  **Вправо, влево повернись.** | И.П. – стойка ноги врозь, руки на поясе. 1-поворот вправо; 2-и.п. 3-поворот влево; 4-и.п. Повторить 4 раза. |
| **4.Дальше будем приседать.**  **Дружно сесть и дружно встать.** | И.П.- о.с., руки за спиной. 1-присед, руки в стороны; 2-и.п. Повторить 5 раз. |
| **5.Прыгать нам совсем не лень,**  **Как вертушка целый день.** | Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя. Повторить 2-10сек |

**Ведущий.** Ребята, а теперь попробуйте, крепче ли стали ваши мышцы? Заболейкин как ты себя чувствуешь?

**Ваня.** Почему-то жарко стало. Но мне очень понравилось заниматься. И я хочу с вами сейчас поиграть. Когда я к вам шёл через парк насобирал много красивых осенних листочков и предлагаю поиграть в интересную игру «Осенние листочки».

**Игра «Осенние листочки».**

Детей делят на три подгруппы. Каждой подгруппе раздаётся по листочку своего вида. Они строятся вокруг листочка на подставке. Ведущий произносит:

|  |  |
| --- | --- |
| **Мы листочки, мы листочки.**  **Мы осенние листочки.**  **Мы на дереве сидели.** | Руки вверх, покачивая листочками. |
| **Ветер дунул, полетели.**  **Мы летали, мы летали.** | Разбегаются врассыпную. |
| **А потом летать устали.**  **Перестал дуть ветерок,**  **Все построились в кружок.** | Дети с троятся вокруг своего листочка на подставке. (Во время бега ведущий может поменять местами листики на подставке). |

Ведущий отмечает самые дружные и быстрые листики. Повторить 2-3 раза.

**Ваня.** А теперь давайте вспомним, какие листочки можно собрать в парке.

**Пальчиковое упражнение «Осенний парк».**

|  |  |
| --- | --- |
| **В парк осенний мы пришли,**  **Листья яркие нашли.** | Сжимают пальцы в кулак и разжимают. |
| **Вот с берёзы лист слетел,**  **На ладонь мою присел.** | Разжимают мизинец. |
| **Этот - листик с клёна**  **Он ещё зелёный.** | Разжимают безымянный палец. |
| **Этот – жёлтый, он с осины.** | Разжимают средний палец. |
| **А багровый лист – с рябины.** | Разжимают указательный палец. |
| **Листик липы так хорош,**  **На сердечко он похож.** | Разжимают большой палец. |

**Ваня.** А когда идём гулять в осенний парк, чтобы не промокли ножки что оденем мы на ножки?

**Дети.** Сапожки.

**Самомассаж ног «Сапожки».**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вот они сапожки.**  **Этот с правой ножки,**  **Этот с левой ножки.** | Дети садятся на пол.  Поглаживают ноги по очереди, снизу вверх. |
| **Если дождичек пойдёт,**  **Наденем калоши.**  **Этот с правой ножки,**  **Этот с левой ножки.** | Пробегают пальчиками по ногам снизу вверх. |
| **Вот так хорошо пойдём в сапожках**  **По мокрым дорожкам.** | Сидя с опорой руками сзади, топающие движения по полу. |

**Ваня.** Мне уже пора домой, ещё в магазин надо зайти, купить что-нибудь вкусненькое.

**Ведущий.** А что ты любишь?

**Ваня.** Конфеты, торты, жвачки, газированную воду, чипсы!

**Ведущий.** Всё это вкусно, но полезно ли дети? *Ответы детей.*

**Ведущий.** А какие продукты полезны для нашего организма и почему?

**Дети.** Фрукты, овощи, молоко, лук, в них содержится много витаминов.

**Ваня.** Как интересно! Я приду домой и попрошу маму сварить мне молочную кашу, потереть сырую морковь и у меня в организме будут витамины. Ну и на прощанье поиграйте со мной в ловишки.

**Игра «Ловишки».**

**Ваня.** Осенью дует ветер, но мы его не боимся.

**Дыхательное упражнение «Ветер».**

Дует, дует, ветер, дует, завывает. *Глубокий вдох носом.*

Жёлтые листочки с дерева срывает.

И летят листочки над лесной дорожкой. *Сложить губы «трубочкой» - выдох*

Падают листочки прямо нам под ножки.

**Ведущий.** Мы с ребятами очень рады, что смогли тебе Ваня помочь. Ты сегодня много узнал о здоровье, и мы видим твою улыбку. А улыбка это хорошее настроение и залог здоровья. И хотим тебе напомнить правила как можно укрепить своё здоровье.

Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно.

Только надо знать, как здоровым стать.

В мире нет рецепта лучше, будь со спортом не разлучен.

Проживешь сто лет вот и весь секрет.

Приучай себя к порядку, делай каждый день зарядку,

Смейся веселей, будешь здоровей.

Чтоб здоровым быть, учтите вы заранее,

Что всем необходимо полезное питание.

И помните об этом, идя по магазинам,

Не сласти ищите-ищите витамины.

Запомни это, Заболейкин, и больше не болей.

**Ваня.** Спасибо вам за помощь, до свидания.

Литература.

1. В.Я.Лысова, Т.С.Яковлева и др. «Спортивные праздники и развлечения. Сценарии. Младший и средний дошкольный возраст». Москва: Аркти, 2001
2. Н.Луконина, Л.Чадова «Физкультурные праздники в детском саду» Москва: Айрис-пресс, 2006