Праздник здоровья «Волшебство здоровья» для детей старшей группы.

Программное содержание:

* Формировать у детей мотивацию здорового образа жизни.
* Способствовать выявлению и формированию у детей функционального профиля личности.
* Помочь детям продемонстрировать навыки здорового образа жизни, свои психологические и физиологические возможности.
* Воспитывать интерес к диагностическим мероприятиям.

Методическое обеспечение:

* портреты Здравика и Фырки,
* надписи или таблички с обозначениями названий конкурсов:

- красная дверь – «Волшебство движения»,

- оранжевая дверь – «Волшебство семьи»,

- желтая дверь – «Волшебство ума»,

- зеленая дверь – «Волшебство питания»,

- голубая дверь – «Волшебство дыхания»,

- синяя дверь – «Волшебство закаливания»,

- фиолетовая дверь – «Волшебство голоса».

* СД-проигрыватель и аудиозапись песен: «Здравствуй, Здравиада!», «Здравик».

Предварительная подготовка к Здравиаде

* Подготовка судейского персонала и консультация для судей,
* Оформление зала,
* Подготовка протоколов,
* Консультация для родителей «Здравствуй, Здравиада!»,
* Призы и награды с подписями судей, Разучивание с детьми песен: «Здравствуй, Здравиада!», «Песня Здравика»

Ход праздника.

Зал украшен разноцветными шарами и рисунками детей. Висит плакат «Здравиада». По периметру зала расставлены таблички с обозначениями секторов и конкурсов. Судьями являются родители либо сотрудники детского сада. Конкурс «Волшебство голоса» оценивает музыкальный руководитель. Дети входят в зал под музыку песни «Я Здравик, Здравик, Здравушка».

Ведущий.

В конце 19 века Пьером де Кубертеном были возрождены Олимпийские спортивные игры, которые придумали древние греки, чтобы состязаться в спортивном мастерстве, мужестве, силе.

Сегодня Олимпийские игры – самое главное спортивное соревнование планеты. А знает ли вы, в какой стране проводились Олимпийские игры 2008 года?

Дети.

В Китае, в городе Пекине.

Ведущий.

Но, чтобы попасть в Олимпийскую сборную, нужно многие годы тренироваться и иметь большой спортивный талант. Как же нам попасть на такие игры здоровья и что такое здоровье?

(Ответы детей.)

В.

Я буду называть качество, а вы хором отвечайте: «Это здоровье!»

Красивые глаза – здоровье.

Веселый смех – здоровье.

Стройная фигура – здоровье.

Хорошая память – здоровье.

Улыбка лучистая – здоровье.

Красивый чистый голос – здоровье.

Хорошая реакция, координация, гибкость – это здоровье.

По этим качествам чемпионом можно стать и в 3 года, и в 103.

Здоровье – это не отсутствие болезней. Это все – все – все, что помогает нам хорошо себя чувствовать, быть активными, бодрыми, веселыми. Вы хотите быть здоровыми? А кого нужно обязательно пригласить на игры здоровья?

Кто нас учит, как здоровым стать,

Чтоб самореализовать

Потенциал возможностей,

Способностей, резервов,  
Кто детям рад лишь помогать

Страну здоровья открывать,

Ее по нотам пропевать,

Чтоб каждый смог стать первым!

Итак, наш девиз: «Здоровым каждый должен стать!»

Появляется Здравик.

Здравик

Здравствуйте, ребята! Я слышал, вы хотите попасть на Олимпийские игры. Но вы ведь знаете, что чтобы попасть в Олимпийскую сборную, молодому человеку нужно многие годы усиленно тренироваться и иметь большой спортивный талант. Поэтому принять участие в олимпийских играх могут лишь единицы. Ни дети, ни пожилые люди не могут стать Олимпийскими чемпионами.

Вы хотите знать, можно ли организовать такие игры, чтобы принять участие в них и стать чемпионом мог стать каждым? Можно. Ребята, я приглашаю вас на детские игры здоровья – Здравиаду. В этих играх каждый из вас должен победить в каком-нибудь конкурсе. Девиз нашего праздника произнесем хором.

Дети.

Здоровым каждый должен стать!

Ведущий.

Вы, сегодняшние участники Здравиады, будете состязаться в разных конкурсах. Но помните главное:

Здравствуй, Здравиада,

Победить нам надо,  
Победить нам надо лишь себя!  
Здравствуй, Здравиада,

Лучшая награда,  
Пусть здоровье будет у тебя!

Итак, сегодняшние участники Здравиады! Желаю вам продемонстрировать сегодня все свои самые лучшие качества. Успехов вам и побед над собой. Мы открываем Здравиаду веселой песней «Здравствуй, Здравиада!».

(Звучит песня.)

Здравик.

Предлагаю разделиться на семь команд. Каждая команда получает шкатулки с заданиями семи цветов. Готовы к испытаниям?

Мальчики:

Абсолютно я здоров,

К испытаниям готов!»

Девочки:

Абсолютно я здорова,

К испытаниям готова!

(Дети получают задания и расходятся по испытаниям. Дети участвуют в состязаниях по очереди, передвигаясь из сектора в следующий. Каждый ребенок должен принять участие во всех конкурсах.)

Конкурсные состязания

1. Красный сектор (выносливость).

И.п. – стоя, руки за головой. По команде дети начинают выполнять приседания как можно быстрее и ниже, не отрывая пяток от пола и не опуская рук. Фиксируется количество приседаний за 30 секунд.

2. Оранжевый сектор (коммуникативные качества)

Рисунок «Моя семья». Оценивается психологом.

3.Желтый сектор (память).

Дети читают стихи. Фиксируется количество строк.

4.Зеленый сектор (питание)

Дети называют полезные блюда и полезные продукты. Фиксируется количество названных наименований.

5.Голубой сектор (дыхание).

Звуковой тест – упражнение «Водолаз»

В и.п. стоя, делаются два вдоха и выдоха (глубокие). После этого в легкие набирается как можно больше воздуха, рот закрывается и произносится звук «М». Фиксируется количество секунд, во время которых ребенок не дышал.

6.Синий сектор (гигиена, уход за зубами).

Беседа с детьми о гигиене. Решение проблемных ситуаций и ситуативных задач. Фиксируется уровень знаний: высокий (все отвечает сам), средний (отвечает с помощью педагога) и низкий (не отвечает с помощью взрослого).

7.Фиолетовый сектор

Тест «Вокалисты» (чистый голос). Оценивается чистота пения. Фиксируется количество нот, которые ребенок пропел правильно.

После проведения состязаний, дети выходят на прогулку или возвращаются в группу. В это время судейская бригада подводит итоги конкурсов. После сна дети снова собираются в нарядно украшенном зале. Перед детьми разыгрывается театрализованное представление о здоровом и нездоровом поведении, после которого объявляются итоги конкурсов. Дети награждаются призами, грамотами.