Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский

сад общеразвивающего вида №14 «Родничок» города Заринска

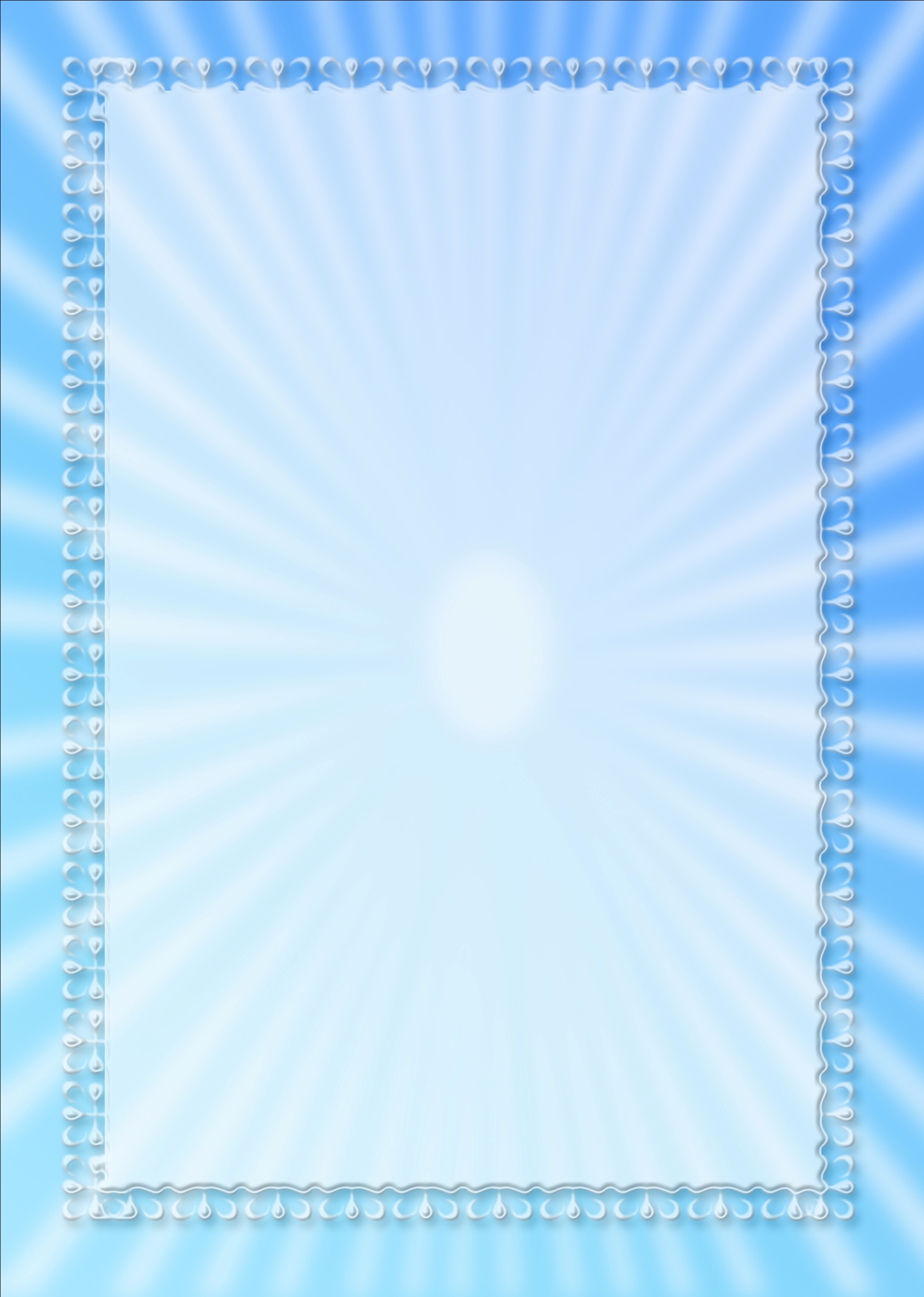
День здоровья

*«Мы лени не боимся»*

Инструктор по физической

культуре Семенькова О.В.

г. Заринск

В зале детей встречает скоморох и читает указ.

Дети! Велено для вас довести в сей час указ.

Каждый год сего, числа, как гласит указник.

Детям – всем, всем, всем, выходить на праздник!

Все на празднике здоровья, непременно быть должны.

В спортивный зал приглашаю всех сейчас,

Праздник спорта и здоровья начинается у нас!

Проводится игра средней подвижности « Мы топаем ногами»

Мы топаем ногами, то п-топ-топ.

Мы хлопаем руками, хлоп-хлоп-хлоп.

Киваем головой.

Мы руки поднимаем,

Мы руки опускаем.

Друг другу подаём.

И ходим по кругу кругом,

И бегаем по кругу кругом,

И прыгаем кругом.

(Дети выполняют движения в соответствии с текстом)

**Скоморох:** Разминку сделали, продолжаем играть дальше. Сейчас, музыкальная игра «Найди пару»

**Подвижная музыкальная игра «Найди пару»**

**Цель игры:** учить детей двигаться под музыку, развивать творческие способности детей.

**Ход игры:** Дети стоят парами. Звучит музыка, дети танцуют под музыку по одному. Музыка заканчивается, дети находят друг друга и встают в пару. Игра проводится 3-4 раза.

(В зал входит Лень, ходит вокруг детей чихает, кашляет на них.)

**Лень:** Ну, вот и добралась я к вам друзья. АПЧХИ! АПЧХИ!

Пора заняться мне своим грязным делом. КИХИ! КИХИ!

**Скоморох:** Будьте здоровы! Будьте здоровы!

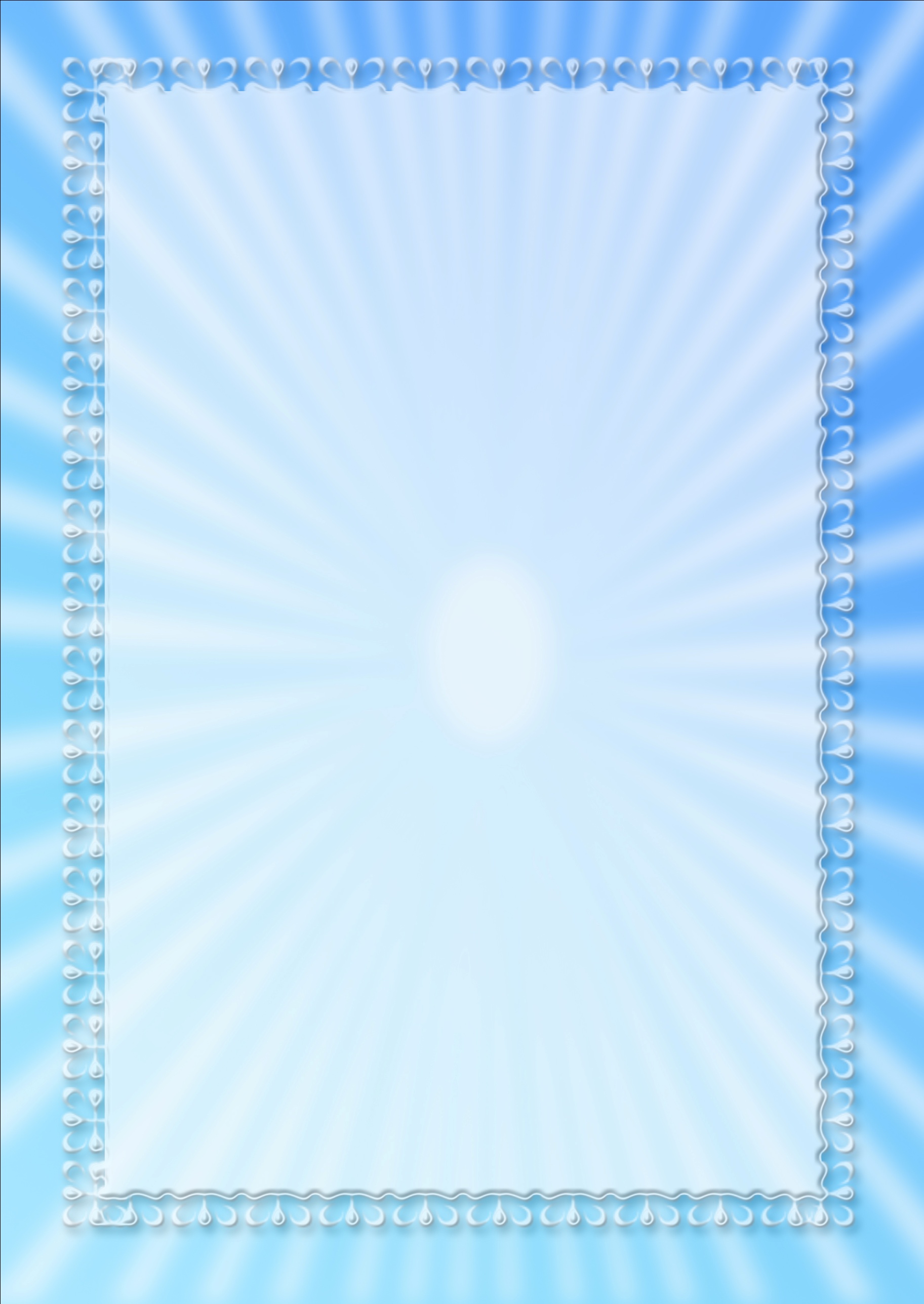
**Лень:** Опять я слышу эти слова.

Не люблю я их!

Не люблю здоровых,

Смелых и умных.

Я люблю, ленивых,



Хилых, некрасивых,

И совсем больных.

АПЧХИ! АПЧХИ! КИХИ! КИХИ!

Всех заражу, всех заражу!

**1-й ребёнок:** Не боимся мы угроз,

Ты не сомневайся.

И не будем мы болеть,

Даже не старайся!

**2-й ребёнок:** Знаем мы один секрет,

И такое слово:

Спорт мы любим с детских лет,

И будем все здоровы!

**Скоморох:** Ну-ка, дружно детвора, крикнем все:

Физкульт – ура!

**Лень:** Да, вы дружно тут кричали,

И, наверное, устали!

Не пора ли по домам,

Иль в больницу, к докторам!

**Скоморох:** Нет, ничуть мы не устали. Для веселья, для порядка загадаю вам загадку.

На пол бросишь ты его –

Он подпрыгнет высоко.

Скучно не бывает с ним,

Мы играть в него хотим.

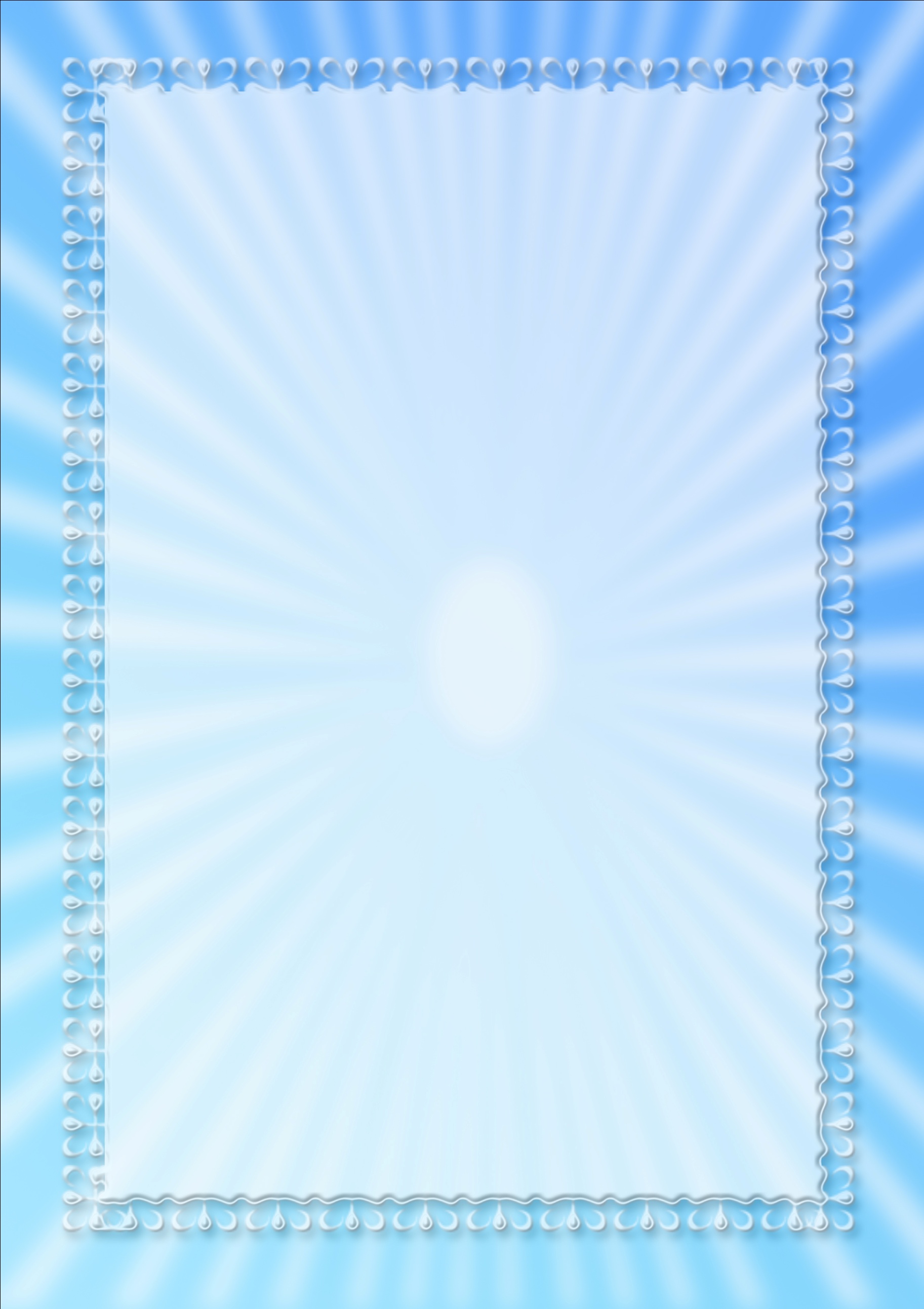
(Мяч)

**Скоморох:** Правильно, ребята это мяч, я предлагаю поиграть в игру «Не пропусти мяч»

**Игра малой подвижности «Не пропусти мяч».**

**Цель игры:** учить ловить и бросать мяч двумя руками.

**Ход игры:** Дети стоят в кругу. В центре круга стоит инструктор, бросает ребёнку мяч, а тот возвращает его обратно. Во время игры инструктор и произносит слова: «Настя лови, бросай, упасть не давай!». Инструктор бросает мяч каждому ребёнку и игра заканчивается.

**Скоморох:** Что-то Лень заскучала,

И, наверное, устала.

Надоело тебе стоять,

Хочешь с нами поиграть?

**Лень:** Ладно не буду вам мешать, буду с вами я играть. Играть в мою любимую игру «Жмурки», и я буду водящей.

**Подвижная игра «Жмурки».**

**Цель игры:** учить детей действовать по сигналу, соблюдать правила игры, проявлять уважение друг к другу.

**Ход игры:** Выбирается водящий, ему завязывают глаза и раскручивают. После сигнала «Лови деток, детей лови», водящий пытается поймать кого-нибудь из детей. Дети хлопают в ладоши, привлекая внимание водящего, и увертываются от него.

**Лень:** Да, друзья, мне вас не победить! Пора домой мне уходить.

**Скоморох:** Подожди Лень не уходи. Разве тебе не хочется стать весёлой, здоровой и доброжелательной как наши дети?

**Лень:** Да, мне очень хочется быть здоровой и весёлой. Только я не знаю, что для этого надо делать!

**Скоморох:** Ребята сейчас тебе расскажут. Ребята, расскажите, что же нужно делать, чтобы быть здоровым? Что нужно есть? Как ухаживать за собой? (ответы детей)

**Дети все вместе:** Солнце, воздух, спорт, вода – наши лучшие друзья!

**Скоморох:** Всё вы правильно сказали.

**Лень:** Теперь я всё поняла. Буду спортом заниматься, умываться, есть полезную еду.

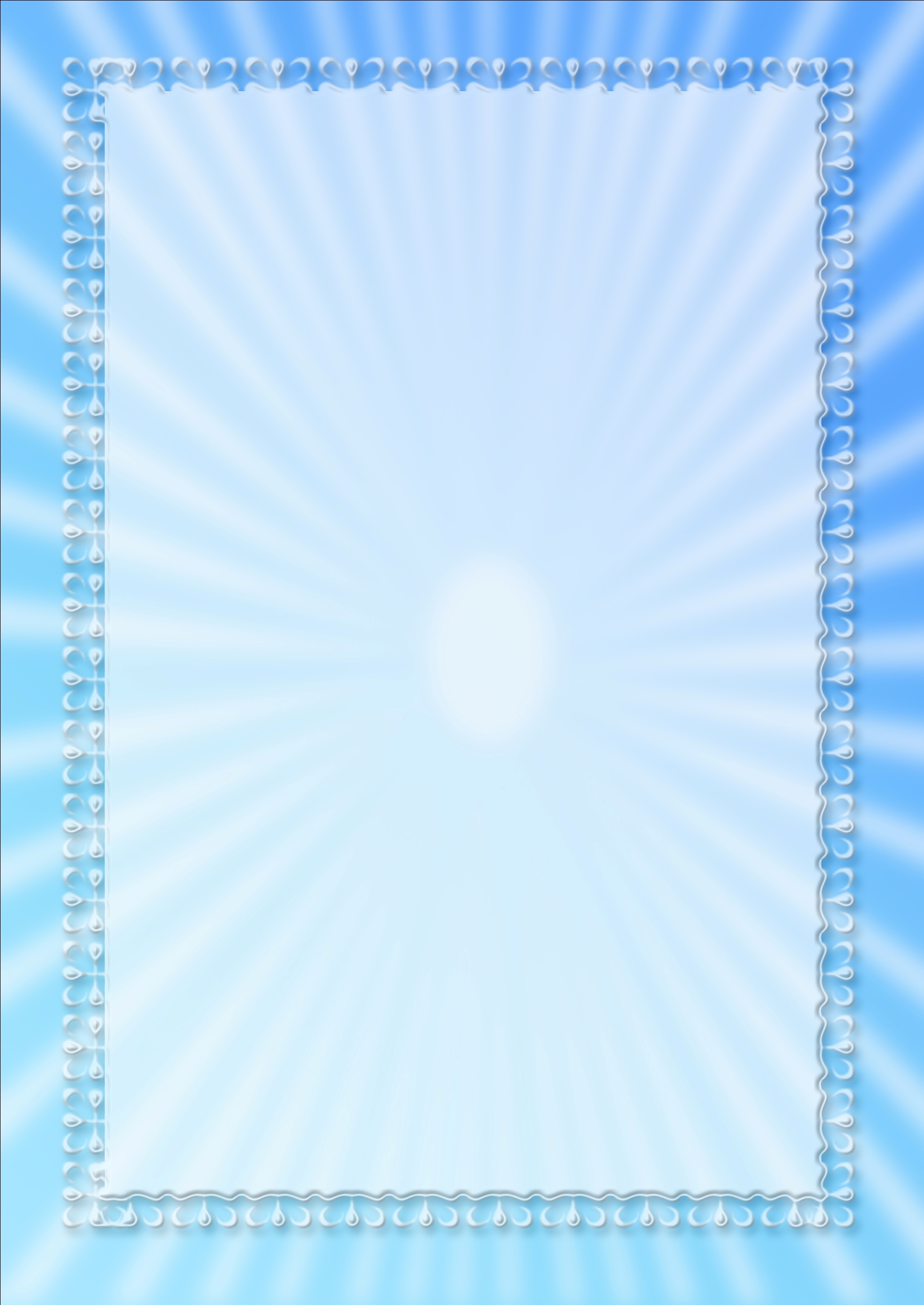
**Скоморох:** Ну, а чтобы ты Лень окончательно повеселела и больше не болела, дети пропоют тебе частушки.

(Дети поют частушки.)

**Лень:** Всё, всё запомнила, но чтобы не забыть ничего, побегу домой и все ваши советы запишу. До свидания друзья, спасибо вам за все!

**Скоморох:** Вот и заканчивать наш праздник пора, всем вам здоровья желаю детвора. И чтоб здоровье подкрепить, витамину надо проглотить. Вот я вам даю витамины, в группе съедите, до свидания.

(дети уходят в группу)

Частушки к празднику День здоровья.

Пропоём мы вам частушки,

Слушайте внимательно,

И под музыку все вместе

Хлопайте старательно!

Все здоровый образ жизни

Мы с ребятами ведём.

Хоть ещё мы дошколята,

От взрослых мы не отстаём!

Будем мы всегда здоровы,

Будем крепкими расти.

Если спортом заниматься,

Станешь самым сильным ты!

Мы дадим совет бабулькам,

Мамам, папам дорогим:

Драгоцейнейшним здоровьем

Дорожите вы своим!

Про таблетки и лекарства

Позабудьте навсегда,

Пусть у вас друзьями станут

Солнце, воздух и вода!

Чтобы зубы не болели,

Мне купили Блендамед,

Аквафреш купите лучше,-

Посоветовал сосед!

Мыло Сейфгард защищает

От бактерий всю семью.

Счастлив я, здоров и весел-

И поэтому пою!

Вам понравились частушки?

Мы пропели их для вас!

Всеми желаем мы здоровья

В этот светлый добрый час!