

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад имени 1 Мая»
623620, Свердловская область, Талицкий район, п. Троицкий,
ул. Ленина 6



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКДОУ

МКДОУ «Детский сад имени 1 Мая»

И.Г. Палицына

**Тематический день
в младшей группе
«День Здоровья»**

Разработчик:

Козарина Евгения Ивановна

воспитатель ВКК

Троицкий, 2025г.

День здоровья. Конспект физкультурного развлечения для детей старших групп

Цель: Приобщение детей к здоровому образу жизни.

Задачи:

- ☐ закреплять культурно-гигиенические знания детей;
- ☐ развивать двигательные навыки;
- ☐ воспитывать выдержку и внимание в играх и эстафетах;
- ☐ создать радостное эмоциональное настроение.

Пособия: фонограмма «Здравствуй мир», видеоролик «Мультзарядка», 4 конуса, 2 градусника из картона, 2 детских стула, 2 большие мягкие игрушки, набор муляжей «Овощи», набор муляжей «Фрукты», корзина для этих наборов, 2 мольберта, 2 картинки «Корзина», столик, карточки «Продукты», 2 желтых обруча, 12 желтых «лучиков», две корзины с желтыми маленькими мячиками, видеоролик «Хорошее настроение».

Ход развлечения

Ведущий: Сегодня праздник,
важный день,
Встретить нам его не лень.
Здоровья день, день красоты,
Его все любят – я и ты.
И все вокруг твердят всегда:
«Здоровым быть – вот это да!»

День здоровья – это праздник, когда все люди показывают, как они дружат с физкультурой и спортом. И мы сегодня тоже покажем друг другу, как мы любим спорт и любим им заниматься. Но для начала я предлагаю вам поздороваться друг с другом, ведь здороваться – это значит желать другому человеку здоровья!

Игра «Здравствуй»

Под музыку дети гуляют по залу. Как только музыка заканчивается, дети подходят друг к другу и начинают здороваться: коленом, плечом, спиной, носом.

В зал входит медсестра Пилюлькина.

Пилюлькина: Так-так, а что это у вас здесь происходит?

Ведущий: Спортивные соревнования, посвященные Дню здоровья!

Пилюлькина: Здоровье – это хорошо! А вы-то, все здоровы? **Дети:** Здоровы!

Пилюлькина: А кто это вам сказал, что вы здоровы? Только я, медсестра Пилюлькина, могу сказать, что вы здоровы! А я этого пока не говорила. Для начала надо вас осмотреть (обходит детей, заглядывает в рот, слушает, обращается к ведущему)

Пилюлькина: Странно, ваши дети абсолютно здоровы... Вы таблетки им давали?

Ведущий: Нет!

Пилюлькина: А может микстуру или касторку? **Ведущий:** Нет!

Пилюлькина: Не понятно! В чем же тогда секрет здоровья ребят?

Ведущий: Сейчас они сами вам об этом расскажут.

1. Физкультуру я люблю, На физкультуру я хожу. Физкультура помогает, Моё здоровье защищает.	4. В мире нет рецепта лучше Будь со спортом неразлучен, Проживёшь сто лет- Вот и весь секрет!
--	--

2. Нам пилюли и микстуры И в мороз и холода Заменяет физкультура И холодная вода.	5. Летом будем загорать, И под солнышком лежать. Закаляемся мы так,
--	---

3. Обливаюсь я водой, Летом, осенью, зимой! Я здоров как никогда, И вам советую, друзья!	А это не простой пустяк! 6. Мы зарядку начинаем, Прыгаем и приседаем. Раз, два, три, раз, два, три, Вот теперь здоровы мы!
---	--

Пилюлькина: Вы хотите сказать, что ваши дети делают каждый день зарядку и поэтому они не болеют?

Ведущий: Да, наши дети очень любят делать зарядку, посмотрите!

Разминка «Мультзарядка»

Ведущий: А после зарядки наши дети умываются холодной водой!

Пилюлькина: Да вы что, от холодной воды они заболеют, у них же температура будет подниматься! (достаёт большой градусник и начинает мерить температуру детям, охает, удивляется, что ни у кого нет температуры).

Ведущий: Да не нужен нашим детям градусник, мы лучше с ним поиграем! А вы, уважаемая медсестра Пилюлькина, не волнуйся, лучше посмотрите, какие наши ребята бодрые, ловкие, весёлые.

Эстафета «Градусник»

Первый игрок бежит с «градусником» до стульчика, на котором сидит игрушка, ставит градусник и бежит обратно. Второй игрок бежит, вытаскивает градусник и передает его следующему игроку.

Пилюлькина: Ребята, а вы знаете, чтобы быть здоровыми нужно правильно питаться? Может быть, вы даже знаете какая еда полезная, а какая – вредная? Сейчас я проверю, если еда полезная – отвечайте «Да», если не полезная еда – отвечайте «Нет».

Игра «Да и Нет»

Каша – вкусная еда

Это нам полезно? (Да)

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки? (Нет)

Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? (Да)

Овощей растет гряда.

Овощи полезны? (Да)

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? (Нет)

Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? (Да)

Щи – отличная еда

Это нам полезно? (Да)

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? (Да)

Мухоморный суп всегда –

Это нам полезно? (Нет)

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда! (Да)

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? (Да)

А раз полезная еда –

Будем мы здоровы? (Да)

Ведущий: Молодцы, ребята, вы знаете, чтобы быть здоровыми нужно кушать полезную пищу, особенно овощи и фрукты. А давайте поиграем!

Игра «Овощи и фрукты»

Дети встают в круг, у каждого в руках муляж фрукта или овоща. У ведущего и медсестры по одному муляжу (фрукт и овощ). Дети бегают врассыпную, на остановку надо найти себе соответствующий «домик» и подбежать к нему. Ведущий и медсестра в процессе игры незаметно меняются друг с другом муляжами.

Ведущий: А сейчас ребята вам покажут, как они помогают мамам выбирать в магазине полезные продукты!

Эстафета «Полезные продукты»

Дети по очереди бегут к столу, на котором лежат карточки с продуктами, выбирают одну карточку с полезным продуктом, возвращаются в команду и вставляют карточку в корзинку. По окончании корзинки показать зрителям и вместе проверить правильность выполнения задания.

Пилюлькина: Ребята, скажите, а вы умываетесь только утром, один раз в день? А когда еще нужно мыть руки? Правильно, ведь чистота – залог здоровья. А кто лучшие помощники чистоты? Попробуйте отгадать загадки.

Загадки

После бани помогаю
Промокаю, вытираю.
Пушистое, махровое,
Чистое и новое. (Полотенце)

Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится (Мыло)

Хожу, брожу не по лесам,
А по усам, по волосам.
И зубы у меня длинней,

Чем у волков и у медведей.
(Расческа)

Волосистою головкой
В рот она влезает ловко
И считает зубы нам
По утрам и вечерам. (Зубная
щетка)

Чтобы волосы блестели
И красивый вид имели,
Чтоб сверкали чистотой,
Мною их скорей помой
(Шампунь)

Ведущий: Молодцы, все загадки отгадали. Ребята, а вы слышали такое выражение: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие...?» Правильно, друзья! Они помогают нам быть здоровыми: вода смывает микробы, свежий воздух сдувает все вирусы, а солнце дарит нам витамин Д, который помогает кальцию попадать в наши косточки и зубы и делать их крепкими.

Ведущий: Ребята, посмотрите сколько у нас теперь витамина Д! (Показывает корзину с желтыми мячиками) Давайте поиграем с витаминками!

Игра «Собери витаминки»

Ведущий высыпает из корзины желтые маленькие мячики «витаминки». По сигналу девочки и мальчики собирают «витаминки» в свои корзины. Побеждает та команда, у которой больше «витаминок».

Пилюлькина: Молодцы, ребята, вы такие быстрые и ловкие, как настоящие спортсмены! А я хочу узнать, знаете ли вы разные виды спорта? Давайте поиграем: я называю вид спорта, а вы его изображаете!

Игра «Покажи вид спорта»

Бокс, плавание, баскетбол, футбол, теннис, лыжные гонки.

Ведущий: Молодцы, ребята, вы правильно показали все виды спорта. А знаете ли вы, что хорошее и веселое настроение тоже укрепляет здоровье? Поэтому мы сейчас все вместе будем веселиться, танцевать и укреплять здоровье хорошим настроением!

Общий танец «Мы умеем танцевать»

Пилюлькина: Ну, детишки, как здоровье? Сердце ровненько стучит?

Голова, нога, животик, Зуб случайно не болит?

Дети: Нет!

Пилюлькина: Хорошо! Тогда давайте повторим, чтобы быть здоровыми, не надо пить таблетки и касторку, а что нужно делать? (спортом заниматься, правильно питаться, гулять на свежем воздухе, соблюдать гигиену, закаляться). Молодцы, все правильно! Мне уже пора в другой детский сад, посмотреть, заботятся ли там дети о своем здоровье? А вам желаю не болеть, продолжать заниматься спортом, закаляться, чаще улыбаться и быть в хорошем настроении. Тогда никакие болезни вам не будут страшны.

Ведущий: Наш спортивный праздник подошёл к концу.

Я желаю вам ребята быть здоровыми всегда.

Гуляйте на воздухе, не ешьте перед сном.

А летом спите с распахнутым окном.

Дружите с водой, купайтесь, обтирайтесь.

Зимой и летом физкультурой занимайтесь!

Ведь быть здоровым – это так здорово!!!