Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

№18 «Мишутка» города Дубны Московской области

Комплексное развлечение в «День здоровья»

для детей старших групп и подготовительной группы.

**«Быть здоровыми хотим».**

Инструктор по физической культуре

высшей квалификационной категории

Шмакова Елена Юрьевна.

**Цель. Становление ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами( в питании, двигательном режиме, формирование полезных привычек).**

**Задачи.**

**Социально-коммуникативное развитие:**

**-формировать стремление активно участвовать в развлечении, быть доброжелательными и отзывчивыми.**

**Физическое развитие:**

**-формировать начальное представление о здоровом образе жизни;**

**-совершенствовать умения и навыки в основных видах движений;**

**-развивать интерес и любовь к спорту.**

**Художественно-эстетическое развитие:**

**-способствовать развитию навыков танцевальных движений;**

**-развивать творческую активность детей;**

**-развивать умение активно и творчески применять ранее усвоенные способы изображения в рисовании;**

**-совершенствовать умение изображать предметы, передавая их форму, величину, строение, пропорции, цвет и композицию.**

**Ход мероприятия.**

**Дети под музыку входят в зал и встают врассыпную. Их встречают герои: Спортик ( инструктор физкультуры),Веселые нотки (музыкальный руководитель ), мастер Фломастер(преподаватель по изо).**

**Спортик. Дорогие ребята, мы с вами сегодня пришли не просто в музыкальный зал, в порт откуда отправляются пароходы в дальние плавания.(Звучит музыка из мультфильма «В порту» на экране появляется изображение порта слайд №1)**  
Ребята, вы любите, когда к вам приходят гости. Посмотрите сколько их сегодня. Каждый день мы говорим, друг другу «Доброе утро», «Здравствуйте» тем самым желаем хорошего настроения. Давайте же скажем эти волшебные, утренние слова нашим гостям( Здравствуйте) Когда люди здороваются, они желают друг другу здоровья. Вот и мы с вами пожелали хорошего настроения и здоровья нашим гостям.  
**Спортик. Я хочу представить вам гостей.**

**Я- Спортик. Я прибыл с острова Олимпийский.**

Мой папа – Спорт,  
А мама – Физкультура,  
Все виды спорта – близкая родня.  
**Мастер Фломастер.**

**Я приплыл к вам с острова – Волшебные краски.**

**Я фломастер озорной**

**На листочке заводной.**

**А на деле это значит:**

**- Живописные задачи**

**Нам с тобою по плечу**

**Нарисую, что хочу!**

**Веселая Нотка.**

Я с острова – Улыбка.

Я – маленькая нотка,

Я – маленькая нотка,  
Веселая красотка.

У меня подружки есть,

Нас по счету- ровно семь.  
 Мы много песен знаем,  
 И вместе распеваем.

Танцуем и играем,

Нисколько не скучаем!!!

**Спортик. А теперь мы хотим познакомиться с вами.**

**(Команды строятся за капитаном. Каждая команда представляется и называет свой девиз.**

**Команда ст.А –Здоровички.**

**Девиз –Спорт – это сила!**

**Спорт-это жизнь!**

**Победы добьёмся,**

**Соперник держись!**

**Команда ст.Б – Неболей-ка**

**Девиз- Дружно, смело, с оптимизмом-**

**За здоровый образ жизни!**

**Команда подг.гр. – Крепыши**

**Девиз – Мы здоровье сохраним**

**Мы здоровьем дорожим!)**

**Спортик.** Сегодня мы собрались с вами, что бы поговорить о здоровье.

Я хочу рассказать вам очень старую легенду: «Давным-давно, на горе Олимп жили-были боги. Стало им скучно, и реши­ли они создать человека. Ста­ли решать, каким должен быть человек. Один из богов сказал: "Человек должен быть силь­ным".

**Мастер Фломастер:** «Другой сказал: "Человек должен быть здоровым".

**Веселая нотка**: «Тре­тий сказал: "Человек должен быть умным".

**Спортик:** «Но один из богов сказал так: "Если все это будет у человека, он будет подобен нам". И решили они спрятать главное, что есть у человека — его здоровье. Стали думать, ре­шать — куда бы его спрятать?

**Мастер Фломастер:** «Одни предлагали спрятать здо­ровье глубоко в синее море.»

**Весёлая нотка**: «Другие — за высокие горы.»

**Спортик**: « А один из богов сказал: "Здо­ровье надо спрятать глубоко в самом человеке!" Так и живет с давних времен человек, пыта­ясь найти свое здоровье. Да вот не каждый может найти и сбе­речь бесценный дар богов».

**Капитан корабля.** Где же найти здоровье и как его сберечь?

**Спортик.** Чтобы разобраться в этом вопросе, я предлагаю вам отправиться в необычное путе­шествие по островам здоровья на поиски этого бесценного дара.  
А какого человека можно назвать здоровым? Ответы детей.   
Верно, который хорошо себя чувствует, не болеет, занимается спортом, соблюдает распорядок дня, и правильно питается.

**Спортик.**   
Команды должны подготовиться к плаванию веселой зарядкой. Команды готовы.

(Дети исполняют песню «Зарядка» между куплетами выполняют упражнения по тексту.)

**Спортик.** Чтобы попасть на корабль вам необходимо продолжить пословицу.   
- В здоровом теле …. (здоровый дух)  
-Где здоровье ……. (там красота)  
-Закаляй свое тело…….(с пользой для дела)  
-Солнце, воздух и вода….( наши лучшие друзья)  
-Чистота…….(залог здоровья)  
-Лук ……..(от семи недуг)  
-Здоровье дороже ….(богатства)

Кто спортом занимается, ….(тот силы набирается)

Пешком ходить —…( долго жить.)

**Капитан корабля.**  
И так наше путешествие начинается (звучит фонограмма «Кораблик»)

(Команды переплывают с острова на остров(музыкальный, спортивный, изо- студия)

**Остров – Улыбка.**

Вход детей в музыкальный зал ( дети встают врассыпную) .

**Веселая Нотка**: Привет! Девочки- припевочки, мальчишки-шалунишки!

Я рада вас приветствовать на острове хорошего настроения!

Остров «Улыбка» встречает вас, друзья!

Эй, хали- гали, вы такого не видали!

Нам будет веселее всех на свете,

Вы со мной согласны, дети?

Вам вопрос хочу задать! Ваше дело – отвечать!

Если вы со мной согласны – отвечайте хором, братцы:

«Это –я, это –я, это все мои друзья!»

Не согласны: « Нет не Я, это не мои друзья!»

**Веселая Нотка**: Кто из вас, проснувшись бодро,

«С добрым утром!» - скажет твердо? Дети: Это Я …..

Кто из вас, скажите, братцы? Забывает умываться? ………….

Кто из вас не ходит хмурый, Любит спорт и физкультуру? Дети: Это Я ……

Кто из ваших из друзей Ходит грязный до ушей? ……………

Кто из вас привык к порядку? Утром делает зарядку? Дети: Это Я …

Отвечайте хором, в миг! Кто здесь самый баловник? …………..

Я спрошу у вас у всех, Кто здесь любит песни, смех? Дети: Это Я…..

Давайте споем веселую песню!

**Ст «А,Б» песня «Песенка друзей» Герчик**

**Подг.гр. « Хорошо у нас в саду» Герчик**

**Веселая нотка:** Я хочу у вас узнать, Кто здесь любит танцевать?

Дети: Это Я …..Мальчики, приглашайте девочек на танец!

**Ст.гр« А, Б» «Полька друзей»**

**Подг. гр « Танец парами»**

**Веселая нотка**: Сегодня у всех хорошее настроение.

Всюду пляски и веселье!

Этим солнечным осенним днем никому скучать мы не даем!

( перестроение в общий круг)

**Ст.гр.«А», «Б» , Подг.гр Танец – игра « Лавата»**

**Веселая нотка**: Эй, друзья! Зажигайте скорей! Поиграем сейчас веселей!

(нотки объясняют правила, перестраивают детей, поднимают настроение)

**Ст.гр «А», «Б» « Разноцветная игра»** ( перестроение врассыпную)

**Подг. гр. Танец - игра « Веселый жук»** ( перестроение в 2 круга)

**Веселая нотка:** А теперь пора прощаться, в путь дорогу собираться!

Вас ждут другие острова! В добрый путь, мои друзья!!!

**Остров – Олимпийский.**

Под спортивный марш дети проходят по спортивному залу. ( Песня Л. Коренев «Олимпийский марш»)

**Старшая гр. А, Б.**

**Спортик .**

Спорт для жизни очень важен.  
Он здоровье всем дает.  
На занятьях физкультуры  
Узнаем мы про него.

Будем мы играть в футбол,

Волейбол и баскетбол.  
Очень важен спорт для всех.  
Он - здоровье и успех.  
Зарядку делаешь с утра -  
Здоровым будешь ты всегда!

**Спортик .** На Олимпийском стадионе, вас друзья, встречают разные виды спорта. Я какие попробуйте угадать. Игра «Угадай вид спорта» (На экране появляется картинка с видом спорта. Дети должны определить какой вид спорта.)

**Спортик .**Приглашаю всех на веселые соревнования.

**Эстафеты:**

**- «Поменяй предмет»** ( Клюшка в руках у ребенка, добежать до стойки поменять и взять шайбу, бегом вернуться и передать товарищу);

**- «Поменяй предмет»** ( Поменять также ракетку настольного тенниса и ракетку бадминтона);

**-«Перенеси баскетбольные мячи»** (С двумя мячами оббежать фишку и вернуться, передать мячи товарищам);

**-«Перенеси кубик»** (На ракетке для настольного тенниса перенести кубик.)

**Подготовительная группа.**

**Спортик.**

Спорт не любит ленивых ,

Тех, кто быстро сдается.

Ненадежных, трусливых.

Он над ними смеется.

Благосклонен он очень

К тем, кто духом силен.

И победы дарует

Лишь выносливым он.

**Спортик.** Надо быть сильным, смелым, выносливым. Чтобы заниматься любимым видом спорта. А какой у вас любимый вид спорта?

На экране появляются атрибуты спортивных видов, угадай вид спорта.

**Спортивные эстафеты:**

**- «Поменяй предмет»** (Оббежать змейкой стойки поменять ракетку для настольного тенниса на ракетку для большого тенниса и по прямой вернуться к команде передать эстафету);

**- «Шашечный турнир»** ( У каждого в команде по одной шашке, надо добежать до шашечной доски положить шашку, белую на белое поле, черную на черное поле, вернуться по прямой передать эстафету);

**-«Лыжные гонки**»(В обуви, имитация лыж, добежать до фишки, оббежать и передать «лыжи» товарищу);

**-«Хоккей»(**Каждый игрок бежит с клюшкой ведя перед собой шайбу, обводит фишку и передаёт клюшку и шайбу товарищу).

**Спортик.**

Спорт- отличное лекарство.

Укрепляет и бодрит.

Помогает быть сильнее.

Так вам Спортик говорит.

**Остров – Волшебные краски.**

**Старшая группа.**

Мастер Фломастер встречает детей старшей группы на острове Волшебных красок.

**Мастер Фломастер.**

Если хочешь быть здоров,  
Позабыть про докторов,  
Кушай ягоды и фрукты.  
Это лучшие продукты!

Ягоды и фрукты любят все на свете.  
Родители и дети советы знают эти.

От простуды и ангины помогают апельсины,  
Ну а лучше съесть лимон, хоть и очень кислый он.

Ничего на свете лучше нету  
Заменить на яблоко конфету.

Чипсы поменять на апельсин,  
Чупсы поменять на мандарин.

Без витаминов жить нельзя!  
Они надёжные друзья!

**Мастер Фломастер .**Ребята, я предлагаю нарисовать полезные ягоды и фрукты, а мои друзья разноцветные фломастеры помогут вам.

Дети дорисовывают ягоды и фрукты на тарелочках (нарисованные на предыдущем занятии).

**Подготовительная группа.**

Мастер Фломастер встречает детей подготовительной группы на острове Волшебных красок.

**Мастер Фломастер.**

Чтоб здоровым быть сполна

Физкультура всем нужна.

Для начала по порядку –

Утром делаем зарядку!

Будем вместе мы играть,

Бегать, прыгать и скакать.

Чтобы было веселее,

Мяч возьмём мы поскорее.

В руки мы возьмём скакалку,

Обруч, кубик или палку.

Все движения разучим,

Станем крепче мы и лучше!

**Мастер Фломастер.**

- Ребята, я предлагаю вам нарисовать спортивное оборудование, которое помогает нам быть сильными, ловкими и крепкими.

**(**Все команды, побывав на все островах встречаются в музыкальном зале.)

**Спортик.** Ну вот, друзья, наше путешествие окончено. Остался только один вопрос: так где же спрятано здоровье? Дети перечисляют.

**Спортик.** Верно! Здоровье надо искать в полезных продуктах, хорошем настроении и конечно в спорте и физкультуре.

Посмотрите какое дерево выросло. А мы его сделаем Чудо-деревом.

Как у наших у ворот

Чудо-дерево растет.

Не листочки на нем

Не цветочки на нем,

А вот фрукты-витамины

От простуды и ангины.

В руки взяли мы скакалку  
Обруч, кубик или палку.

Чтоб здоровым стать сполна

Физкультура всем нужна!

(Все вместе, дети и герои праздника, на дереве развешивают рисунки детей)

**Спортик**. Дорогие ребята, ваши корабли будит стоят у причала и ждать вас для новых приключений, а жители островов здоровья прощаются с вами до новых встреч!

(Под весёлую музыку дети уходят из зала. )