

ГУО «Дошкольный центр развития ребенка г. Добруша»

День здоровья
«Сундук здоровья»
для воспитанников средних, старших групп

Руководители физического воспитания
Новицкая А.А
Атросенко М.А

2023

Цель: формировать представление о здоровом образе жизни, вызвать желание заниматься физкультурой и закаливанием, выполнять правила гигиены.

Задачи:

1. Прививать интерес к активному образу жизни;
2. Активизировать двигательную активность воспитанников, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве;
3. Воспитывать самостоятельность, инициативность.

Оборудование: сундук, кастрюля, банка с вареньем, клубнички 20 шт, книга, метла, банка с лекарством.

Ход мероприятия:

Ведущий: Ребята, как много у нас гостей, давайте мы с ними поздороваемся. А знаете, вы не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали: Здравствуйте! Здоровья желаю! Ребята, а вы знаете, что такое здоровье?

Ребенок1:

Приглашаем всех на праздник,
Веселиться, танцевать
Физкультурой заниматься,
Никогда не уставать!

Ребенок2:

Спорт нам плечи расправляет,
Силу, ловкость нам дает,
Он нам мышцы развивает,
На рекорды нас зовет!

Ребенок3:

Надо, надо заниматься,
И привычку завести,
Умываться не бояться,
И здоровыми расти.

Ребенок4:

Полубуйтесь, поглядите
на веселых дошколят.
Очень крепкие ребята
ходят в наш любимый сад.

Ведущий: Правильно ребята! Здоровье – это зарядка, это когда мы сильные и веселые, когда дружим с витаминами, едим полезные продукты – лук, чеснок, морковь, свеклу.

А как можно укрепить свое здоровье?

Дети: Нужно заниматься физкультурой, правильно питаться, соблюдать режим дня, закаляться.

Раздается стук в дверь. Заходит Крош.(держится за голову, чихает)

Крош: Ой, ой, ой-ой-ой!

У меня все болит.

Кто поможет мне вернуть

Крепкое здоровье?

Ведущий: Здравствуй, а ты кто?

Крош: Я Крош,

Очень болен я друзья.

У меня от того унылый вид,

Что очень голова болит.

Я чихаю, я охрип-

У меня, наверно грипп?

Ведущий: Крош, мы знаем, что с тобой случилось. Злой колдун – Заболей, тебя заколдовал и украл у тебя здоровье. Мы с ребятами знаем, как тебе помочь. Мы сейчас позвоним доктору Айболиту. Ой кажется я потеряла номер доктора, но не переживай ребята помогут нам. Но для этого надо выполнить все задания, которые нужно преодолеть на тропе Здоровья, в Долине веселых движений и в краю чистоты. За каждое выполненное задание мы получим цифру для заветного номера. Ты согласен отправиться с нами?

Крош: Да.

Ведущий: В путь дорогу собираемся

За здоровьем отправляемся

Чтобы номер отгадать

Зарядку нужно станцевать. (дети становятся в рассыпную)

Флешмоб «Спортивные ребята»

Ведущий: Посмотрите ребята, на экране у нас появились цифры, это часть потерянного номера телефона. Ребята вы слышите? Кто-то стонет?

Заходит Карлсон (держится за живот)

Карлсон: Я самый несчастный, я самый больной!

Ой, не могу, помогите.

Ведущий: Что с тобой случилось?

Карлсон: Мой самый красивый живот болит. Пропадаю!

Ведущий: Карлсон, что ты сегодня ел?

Карлсон: Я яблоки самые красивые ел!

Ведущий: Да.... А фрукты ты мыл перед едой?

Карлсон: А зачем? Они и так были красивые и вкусные.

Ребенок1:

Ешьте овощи и фрукты,

Они полезные продукты.

Конфеты, пряники, печенье

Портят зубкам настроенье.

Ребенок2:

Перед тем, как есть и пить,

Надо руки с мылом мыть,

А иначе прямо в рот

Попадет микробов взвод,

И грязнуля заболает.
Быть здоровым веселее!

Карлсон: Я самый лучший в мире понимающий, я все понял! А как же мой самый лучший в мире живот?

Ведущий: Потерпи немного, мы тебе поможем. Сейчас мы тебя научим отличать полезные продукты от вредных.

Игра на экране «Полезные вредные продукты»

Карлсон: Вот видите, я же говорил, что я лучший в мире понимающий. Я все понял, только живот по-прежнему болит.

Ведущий: Сейчас мы с ребятами для тебя приготовим твоё любимое варенье, и найдем цифры от номера доктора и позвоним ему, чтобы он тебя вылечил.

Игра «Приготовь варенье»

На экране появляются цифры

Карлсон: Ой, спасибо вам большое, смотрите, на экране появились цифры.

Ведущий: Мы почти нашли все цифры из номера телефона доктора Айболита.

Ведущий: Ребята, что за шум? Кто-то к нам очень торопится.

Влетает Баба-Яга

Баба-Яга: Привет ребятня, какие вы вкусненькие и румяненькие. А это кто? (Показывает на Кроша и Карлсона) Что-то вы совсем плохо выглядите!

Ведущий: Ох, Ягушечка, наши друзья заболели, мы ищем цифры, чтобы позвонить доктору.

Баба-Яга: Я, Ягуся, хоть куда. У меня костяная нога, зуб кривой, горб за спиной. Умею колдовать, и всех от болезней излечать. Я самый прекрасный врач, в лесу лучше меня, не найти. (Достает халат, достает книгу заклинаний), от моей бабки мне досталась волшебная книга заклинаний, сейчас я вас быстро вылечу.

Читает заклинание:

Чухры-мухры, эры феры,
карчи варчи, лас паферы,
Шырли-мырли оп эгей
Колдуй баба поскорей
Хлопну раз, потом другой
Поверну еще метлой.
Топну раз, потом другой
Туз бубновый, гриб зеленый
Будешь ты сейчас здоровый!

Баба Яга начинает кашлять и чихать, сопливит.

Баба-Яга: Ой, ой, ой, что со мной? Горло болит, живот крутит, сопли текут, спина болит, люди добрые помогите.

Ведущий: Кажется ты дорогая Ягушечка, что-то не то наколдowała, и сама заболела. Давай немного поиграем и номер доктора узнаем.

Игра «Бегущая метла»

Баба-Яга: Ой, кажется спину отпустило, ох ах.

Ребенок1:

Что б простуды не бояться,
Нужно с детства закаляться.
И тогда зимой по снегу
Сможешь босиком побегать
Или в полынью нырнуть
И ни разу не чихнуть.

Ребенок2:

Бегай, прыгай, кувыркайся
И на велике катайся!
Не сиди, прилипнув к креслу,
Всем ведь двигаться полезно!

Баба-Яга: Спасибо я все поняла, давайте еще поиграем.

Игра «Хвост Бабы Яги»

На экране появляется весь номер телефона.

Ведущий: Смотрите ребята, на экране появился весь номер телефона, давайте скорее звонить.

Набирает номер доктора

Ведущий: Здравствуйте дорогой вы наш, у нас беда.

Айболит: Что случилось? Неужели?

Ваши дети заболели?

Ведущий: Да нет с детьми у нас в детском саду все в порядке, но заболели наши друзья, Крош, Карлсон и Ягушечка душечка. Приезжайте доктор в детский сад скорей, и спасите доктор наших вы друзей.

Заходит Айболит

Айболит: Здравствуйте, дети! По полям, по лесам, по лугам я бежал,

И два только слова шептал:

Детский сад, детский сад, детский сад!

И вот я здесь! Чему очень рад.

Что случилось, кто заболел?

Карлсон: Славный доктор Айболит! У меня живот болит!

Айболит: Потерпите, посмотрю,

И конечно помогу!

(Айболит осматривает Карлсона)

Беда пришла из-за невымытых рук.

(даёт лекарство)

Карлсон: (трогает живот)

Не болит, не болит!

Спасибо, доктор Айболит!

Айболит: Еще больные есть?

Крош: Посмотрите доктор я охрип,

У меня наверно грипп?

Баба-Яга: И со мной что- то? Не пойму

Дай тебя я обниму (Тянется)

Айболит: Подожди ка ты немного

Витамины на подмогу.

Пейте милые микстуру
И пройдет температура.
(Дает лекарство Крош и Яга выздоравливают)
Еще больные есть?

Дети: Нет!

Айболит: Попрошу тогда всех встать
и команды выполнять!

Все дышите!

Не дышите!

Наклонитесь!

Потянитесь,

Встаньте прямо,

Улыбнитесь!

Что ж, осмотром я доволен,

И никто из вас не болен,

Разрешаю танцевать!

Флешмоб

Ведущий: Спасибо тебе большое доктор Айболит, что помог нашим друзьям.
А вам ребята мы желаем не болеть, заниматься спортом, закаляться, чаще
улыбаться и быть в хорошем настроении.

Айболит: ОЙ, чуть не забыл. Вам передали посылку из самой Африки.
(Достают сундук, там лежат яблоки, раздают детям)

Ведущий: Наш праздник подошел к концу, всем желаем быть здоровыми!