Семёнова Ольга Евгеньевна

МБДОУ "ЦРР - Д/С №73" г.Ставрополя

Воспитатель по физическому развитию

Сценарий дня здоровья для подготовительных групп.

Игра – квест «В поисках здоровья».

*Задачи:* Способствовать приобретению детьми опыта в двигательной деятельности, становлению ценностей здорового образа жизни. Развивать ловкость, скорость, координацию движений, внимание. Воспитывать чувства товарищества, взаимоуважения. Закрепить представление о культурно-гигиенических навыках.

*Дети собираются на спортивной площадке.*

*Воспитатель Физо:* Ребята, во всем мире 7 апреля отмечают праздник! Вы знаете, что это за праздник? *(Предполагаемые ответы детей: да, день здоровья)*

Здоровья день, день красоты,

Его все любят я и ты,

И все вокруг твердят всегда

«Здоровым быть – вот это да! »

Ребята, вы знаете, что надо делать, чтобы быть здоровыми? *(Предполагаемые ответы детей: да, заниматься спортом, правильно питаться, делать зарядку, умываться и т.д.)*

*1 ребенок:*

Чтоб расти и закаляться

Не по дням, а по часам

Физкультурой заниматься,

Заниматься надо нам.

*2 ребенок:*

К солнцу руки поднимаем,

Дружно, весело шагаем,

Приседаем и встаем

И ничуть не устаем!

*3 ребенок:*

Чтоб расти нам сильными,

Ловкими и смелыми,

Ежедневно по утрам

Мы зарядку делаем.

*Воспитатель Физо:* В рассыпную все вставайте, зарядку делать начинайте!

*Спортивно – музыкальная разминка «Утренняя зарядка» (кукутики)*

*1 куплет* - Хлопки, марш на месте, наклоны головы в стороны.

*Припев* – Твист, «насос» вправо и влево; подъем колена к вытянутым рукам; руки в стороны, сгибание к плечам.

*2 куплет* – «Моталочка» перед грудью; прыжки из стороны в сторону; подъем на носки руки вверх.

*Припев* – то же.

*3 куплет* – Прыжки на месте, поднимание и опускание рук, согнутых в локтях, вращение головой.

*Припев* – то же.

*4 куплет* – хлопки, марш на месте, поднимание и опускание плеч.

*Припев* – то же.

*На площадку вбегает Буратино.*

*Буратино:* Караул! Беда! Спасите! Помогите!

*Воспитатель Физо:* Здравствуй Буратино. Что случилось?

*Буратино:* Караул! Беда! Беда!

*Воспитатель Физо:* Буратино не кричи, всё по порядку расскажи!

*Буратино:* Лиса Алиса и кот Базилио украли пирамиду!

*Воспитатель Физо:* Какую пирамиду?

*Буратино:* Пирамиду здоровья, украли, поломали и осколки по всей сказочной стране разбросали! Я попробовал их отыскать и собрать, но мне одному не справиться! Ой, беда, беда! Что мне бедненькому делать?

*Воспитатель Физо:* Ребята, что делать, как помочь Буратино? *(Предполагаемые ответы детей: найти части пирамиды, собрать пирамиду)* Для этого нам придётся отправиться в сказочную страну, вы не боитесь? *(Предполагаемые ответы детей: нет)* А вы знаете, как добраться до сказочной страны? *(Предполагаемые ответы детей: нет)* Как же мы туда попадём, раз дороги не знаем? *(Предполагаемые ответы детей: спросим у Буратино, он нас проводит)*

*Буратино:* Разрешите, я вас провожу? В путь, друзья! *(Участники идут за Буратино вокруг детского сада)*

*Встречают Мальвину, которая готовит обед (на столе торт, чипсы, сосиски, кока – кола, конфеты и т.д.)*

*Буратино:* Здравствуй, Мальвина! Что это ты делаешь?

*Мальвина:* Здравствуй Буратино, здравствуйте ребята. Я готовлю вкусный витаминный обед, из самых полезных продуктов!

*Воспитатель Физо:* Ребята, посмотрите, на столе у Мальвины полезные продукты которые можно есть каждый день? *(Предполагаемые ответы детей: нет)*

*Буратино:* Ребята, может быть, чтобы найти первый осколок пирамиды, надо сделать так, чтобы всё было правильно? И Мальвина действительно приготовила полезный обед. Поможем ей? *(Предполагаемые ответы детей: да)* Мальвина, откуда ты берёшь продукты для приготовления обеда?

*Мальвина:* Вон из той корзины *(показывает на корзину с продуктами)*

*Воспитатель Физо:* Посмотрим, что в этой корзине? *Подходят, смотрят в корзину, в которой перемешаны полезные продукты и продукты, которые можно употреблять иногда.* Поможем Мальвине, отберём для неё полезные продукты? *(Предполагаемые ответы детей: да) Дети делятся на две команды.*

 *Эстафета «Полезные и вредные продукты».*

Игроки стоят в колоннах на линии старта. Возле каждой команды две корзинки: одна для полезных продуктов, вторая - для вредных. Напротив команд – корзины с продуктами (полезные и вредные вместе). По сигналу игроки бегут к корзинам с продуктами, берут один любой продукт и возвращаются обратно. Кладут продукт в соответствующую корзинку.

*Мальвина:* Спасибо вам за помощь, ребята! А вот и первый осколок пирамиды! *(Отдаёт часть пирамиды, на которой написано «правильное питание»)*

*Буратино:* Задерживаться не стоит нам в пути, пора друзья вперёд идти! Мальвина, пойдем снами. *Идут дальше, встречают папу Карло, который спит, сидя на стуле.*

*Буратино:* Ой, это же папа Карло!

*Воспитатель Физо:* Уважаемый, проснитесь!

*Папа Карло:* Отстаньте от меня, я только что лёг спать.

*Воспитатель Физо:* Как, только спать легли, сейчас же утро?

*Папа Карло:* Как, как? В 8 часов утра поужинал и потом спать лёг. Отстаньте, дайте выспаться!

*Воспитатель Физо:* Ребята, что случилось с папой Карло? Что он не соблюдает? *(Предполагаемые ответы детей: режим дня).* Как мы можем ему помочь? *(Предполагаемые ответы детей: составить режим дня для папы Карло)*

*Буратино:* Поможем папе Карло, составим для него режим дня? *(Предполагаемые ответы детей: да)*

*Игра «Режим дня»*

Участники делятся на две группы. У каждой группы участников карточка «Режим дня» с четырнадцатью пустыми окошками и 14 карточек с режимными моментами. Задача каждой группы участников последовательно распределить карточки с режимными моментами в пустых окошках. *Одной группе помогает Буратино, другой – Мальвина.*

*Папа Карло:* Спасибо, вам друзья! В чувства привели меня! Осколок пирамиды получайте, спасение сказочной страны продолжайте! *Отдаёт вторую часть пирамиды здоровья с надписью «режим дня».*

*Буратино:* папа Карло, пойдем с нами!

*Игроки отправляются дальше, подходят к пруду, где живет черепах Тортила. Тортила плачет.*

*Воспитатель Физо:* Здравствуйте, уважаемая черепаха Тортила. Почему вы плачете, что случилось?

*Тортила:* У меня был пруд с самой чистой водой во всей сказочной стране! Здесь все брали воду, чтобы умываться, купаться, чистить зубы, стирать. Но посмотрите, что сделали лиса Алиса и кот Базилио. Они завалили камнями горную реку, которая питала мой пруд, разбросали повсюду мусор и мой пруд превратился в болото. Жителям больше негде взять чистую воду! *Плачет.*

 *Воспитатель Физо:* Как вы думаете, чем опасна такая ситуация, что может случиться, если не спасти пруд? *(Предполагаемые ответы детей: всё живое может погибнуть, жители сказочной страны могут заболеть, потому что не умываются, не купаются и не чистят зубы и т.д.)* Как мы можем помочь?

*(Предполагаемые ответы детей:* *расчистить завал, освободив реку; убрать весь мусор)* Как мы это сделаем, мы ведь можем утонуть в болоте? *(Предполагаемые ответы детей: будем передвигаться по кочкам)*

*Дети делятся на две команды. Одна команда расчищает завал (прыгаю с кочки на кочку, берут по 1 камню и тем же способом возвращаются назад). Вторая команда таким же способом убирает мусор.*

*Тортила:* Спасибо вам, ребята! Вы спасли сказочную страну от гибели! А вот и ещё один осколок пирамиды, держите. *Отдаёт осколок, на котором написано «гигиена».*

*Папа Карло:* Теперь твой пруд в безопасности, пойдем с нами.

*Отправляются дальше. Встречают Арлеконо, который сидит за столом и играет в компьютерные игры.*

*Буратино:* Да это же наш друг Арлекино, самый весёлый житель сказочной страны! Привет, Арлекино!

*Арлеконо:* Ага, привет, привет.

*Буратино:* Что это ты делаешь?

*Арлеконо:* Играю.

*Буратино:* Мы тоже любим играть, поиграешь с нами?

*Арлеконо:* Не мешай, Буратино! Я уже три часа играю, никак выиграть не могу, ещё ты отвлекаешь!

*Воспитатель Физо:* Ребята, можно так долго играть в компьютерные игры?

*(Предполагаемые ответы детей: нет)* Что может произойти? *(Предполагаемые ответы детей: ухудшиться зрение, здоровье и т.д.)*

*Буратино:* Всё, Арлекино надо спасать! *Подходит и закрывает ноутбук.*

*Арлеконо:* Что ты наделал, я ведь хотел поиграть!

*Буратино:* Так вставай и с ребятами поиграй! Ведь подвижные игры намного интереснее и веселее компьютерных!

 *Подвижная игра «Мы весёлые ребята»*

 *Эстафета «Спортсмены»*

*Арлеконо:* Спасибо вам! Я уже и забыл, как весело играть в подвижные игры. Осколок пирамиды здоровья возьмите, сказочную страну спасите. *Отдает осколок с надписью «Физическая культура и спорт»*

*Воспитатель Физо:*  Пойдем проверим, получилось ли у нас собрать все части пирамиды здоровья.

*Возвращаются на спортивную площадку, собирают на магнитной доске пирамиду.*

*Воспитатель Физо:*  Ребята, получилось у нас собрать пирамиду здоровья? *(Предполагаемые ответы детей: да)* Прочитаем, из чего же складывается здоровье? *Читают все составляющие пирамиды здоровья.*

*Буратино:* Спасибо вам друзья, вы спасли сказочную страну от гибели. Разрешите вас отблагодарить, корзину вкусных и полезных яблок подарить.

*Дарят корзину с яблоками, прощаются, дети возвращаются в группу.*