ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ «НЕБОЛЕЙКА» В РАЗНОВОЗРАСТНОЙ ГРУППЕ «СОЛНЫШКО»

**Цель**: пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи**: прививать любовь к спорту и физкультурным упражнениям;

- развивать морально-волевые качества: быстроту, силу, ловкость, выносливость, умение взаимодействовать друг с другом;

- дать детям понимание того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье с детства; повышать защитные силы организма;

- закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека.

- вызвать у детей положительные эмоции.

**Ход занятия:**

*Дети по музыку песни «Будь здоров» проходят на площадку около детского сада.*



*Выходит доктор Айболит.*

**Айболит:** Здравствуйте, дорогие ребята! Как я рад вас всех видеть. Вот закончилось лето,

и наступила осень. Вы все отдохнули, набрались сил, загорели, выросли.

У меня есть семья:

Это мама, папа, я.

Мы все очень дружны

И друг другу нужны.

Вместе ходим в поход,

Все мы очень любим спорт.

Ив кино, и в музейВместе нам веселей!

Делим все мы на всех:

Радости, печали, смех

Мы в семье все друзья,

а иначе нельзя!

Теперь вы пришли в детский сад, в детский сад это тоже большая дружная семья.

Сегодня я хочу пригласить нашу большую дружную семью в веселую страну

«Неболейка». Хотите? Тогда садимся в наш паровозик и поехали.



*Дети шагают на месте под музыку песни «Паровозик» Клоун Плюх.*

**Айболит:** Вот мы и приехали.

На площадку, на площадку

Приглашаю, дети, вас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас.

Чтоб расти и закаляться,

Надо спортом заниматься.

Рано утром не ленисьНа зарядку становись!

Крепла чтоб мускулатура,

Занимайся физкультурой!



**Леший**(кричит). Ой, ой, ой!

Ай,ай,ай!

**Айболит:** Что за шум, что за гам!

**Леший:**

Я на праздник опоздал,

Еле-еле добежал!

Здравствуйте, мои друзья!

Очень рад вас видеть я!

(Чихает и кашляет)

**Айболит:** Да это же самый настоящий Леший из леса. Да ты, кажется, разболелся не

вовремя.

**Леший:** Да, да. Меня знобит,

Горло, голова болит.



**Айболит:** У тебя, наверное, ангина или грипп.

Закружилась голова, заплетаются слова,

Все болит, болит, болит,

Заболел ты, вот и сник.

И я знаю, почему! Признавайся, ты, наверное, не занимаешься физкультурой!

**Леший:** Да куда уж мне старичку-лесовичку такая спортивная нагрузка.

**Айболит:** Ну, здесь ты не прав. Физкультурой никому никогда заниматься не поздно.

**Леший:** Дети, а что такое физкультура?

**Дети:**

Это, бег, мускулатура.

Штанги, гири, длинный кросс,

Чтобы ты здоровым рос.

Так что, Леший, не хворай!

Зарядку с нами начинай.



**Музыкальная зарядка**

*(упражнения по показу под задорную музыку)*

**Леший:**

Всем известно, всем понятно

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать.

Я теперь совсем здоров

И мне не нужно докторов!

Теперь я понял, для чего нужна физкультура, чтобы никакие болезни не смогли меня

одолеть!



*Выходят Ангина и Грипп*

Привет! Привет! Мы Грипп и Ангина - лучшие друзья семьи!

*Ангина и Грипп разговаривают между собой.*

Как здорово мы всех заразили в этой семье, все теперь чихают и кашляют. Дружная была

семья, теперь все дружно и болеют.

Давай всех и здесь заразим.

**Айболит:**

Дети, как вы думаете, стоит ли их бояться?

**Дети:** НЕТ!

**Леший:** Правильно! Ведь здоровье у нас у всех крепкое, отличное.

Не так- то легко с ними справиться.

**Айболит:** Зачем сюда пожаловали?



**Ангина и Грипп:** Ага, угу, вот так добыча!

Сколько здесь мальчишек и девчонок!

Сейчас, сейчас начнем болезни распространять! (Чихают и кашляют)



**Леший:**

Дети, не поддавайтесь. Встанем на защиту нашего здоровья!

**Ангина и Грипп:** А как вы встанете на защиту вашего здоровья?

**Леший:** Ребята сейчас мы будем убегать от Ангины и Гриппа, а они вас будут осаливать.

Внимание! Раз, два, три – беги!



**Подвижная игра «Ловишки»**



**Айболит:** Ну что, не справились? Видите какие наши дети смелые и ловкие!

С вами мы дружить не хотим!

Ребята, давайте их прогоним. Топайте ногами, хлопайте руками.

****

**Грипп:**

Ой, расхлопались,

Ой,растопались! Пойдем других заражать, кто спортом не занимается!

**Айболит:**

Бегите, бегите, чихайте, кашляйте себе на здоровье, а мы не будем расслабляться, будем

спортом заниматься и поиграем в очень интересную игру «Раз, два, три, спортивная

фигура –замри!

   

**Подвижная игра: «Спортивная фигура, замри»**



*Приходит осень*

**Осень:**

Волшебницею прихожу я в гости

И радую своею красотой.

Я, словно фея добрая, природе

Дарю наряд багряно-золотой.

Зовут меня все- осень золотая,

Прошла я по полям и по лесам.

Всех с праздником здоровья поздравляю!

Как хорошо, как весело всем нам!

Вы такие красивые, крепкие, здоровые, я вижу, как вы занимаетесь спортом!

Но, и без моих даров вы не сможете быть здоровыми.

**Леший:**

А почему?

**Осень:**

Потому что в моих дарах много витаминов. Вы об этом знаете?

**Айболит:**

Ребята, а что это за витамины и где они растут?

*Дети отвечают (*яблоки, груши, огурцы…)



**Айболит:** пришла пора возвращаться в сад. Давайте скажем «Спасибо» Осени!