

День здоровья

«Клоун Клёпа и дети»

(старшая группа)

Разработала воспитатель Семченкова Л.В.

Цели: пропаганда здорового образа жизни среди детей; развитие физической активности детей; создание и поддержание благоприятного психологического климата в детском коллективе.

Задачи:

1. Формировать положительное отношение к физической культуре;
2. Создать благоприятные условия для формирования дружеских взаимоотношений между детьми.
3. Формировать жизненно-необходимые двигательные умения и навыки детей;
4. Воспитывать стойкий интерес к физкультуре и спорту, к личным достижениям.

Оборудование:

- спортивный инвентарь;
- записи детских песен.

Ход мероприятия:

Дети заходят в зал и присаживаются на стульчики.

Ведущий: Ребята, сегодня в нашем детском саду День здоровья. Мы поговорим с вами о себе, об особенностях нашего организма, о том, как надо заботиться о своём здоровье, чтобы быть сильными и выносливыми, поскольку в зимнее время года многие люди очень часто болеют простудно-вирусными заболеваниями.

Раздаётся стук в дверь и в зал входит Клоун Клёпа – одет в шарф, шапку.

Ведущий: А вот и гость к нам пожаловал. Здравствуй, Клёпа!

Клёпа (простуженным голосом): Здравствуйте! *(чихает)*

Ведущий: Что с тобой случилось, Клёпа?

Клёпа: У меня печальный вид,

Голова моя болит.

Я чихаю и охрип.

Ведущий: Что такое?

Клёпа: Это грипп!

Ведущий: Грипп? А вот наши дети не болеют.

Клёпа: Не болеют? А почему?

Ведущий: Каждый день по утрам мы делаем зарядку.

Очень нравится нам делать всё по порядку.

Весело шагать! Руки поднимать!

Приседать, бегать и скакать!

Ведущий: Здоровье в порядке?

Дети: Спасибо зарядке!

Ведущий: А ещё наши лучшие друзья – солнце, воздух и вода!

Ну-ка дружно, детвора, крикнем все ...

Дети: Физкульт – ура!

Зарядка под музыку

Клёпа: Ну, что, зарядкой я позанимался, а грипп, как был, так и остался. Ничем вы мне не помогли.

Ведущий: Подожди, Клёпа, не торопись, чтобы быть здоровым, надо заниматься зарядкой каждый день, а ещё надо заниматься физкультурой. Давай-ка, поиграй с нашими детьми.

1-ая эстафета:

Клёпа: Вообще-то вы правы, чуть полегче стало, можно и шарф снять.

Ведущий: Теперь ещё лучше будет.

2-ая эстафета:

Клёпа: Я устал, больше не могу.

Ведущий: Правильно, больным людям вредна повышенная нагрузка, сразу всё равно не выздоровишь. Поэтому посиди, отдохни.

Клёпа садится и грызёт яблоко. Начинает стонать и держится за зуб.

Ведущий: Клёпа, что случилось?

Клёпа: Ой, ой, у меня, кажется, зуб заболел.

Ведущий: Клёпа, а ты вымыл руки и само яблоко, прежде чем его есть?

Клёпа: Ни к чему перед едой мыть руки, а тем более фрукты и овощи водой. Их нужно съесть, водой запить, они и сами в животике помоются.

Ведущий: Клёпа, ты такой большой, а ничего не знаешь.

Чтоб от микробов защититься

С водой и мылом нужно мыться.

И каждый день перед едой,

Мыть фрукты, овощи водой.

Вода окружает нас везде. Из маленьких ручейков получается большая речка, в которой много воды.

Игра «Собери ручейки в речку»

Ведущий: Какую большую вы собрали речку. Теперь воды в нашем детском саду много и можно помыть овощи и фрукты, а когда они вымыты, с них можно сварить компот и борщ.

Игра «Свари компот и борщ»

Клёпа: Ну, теперь я почти здоровый, можно снять шапку. Теперь я всегда буду заниматься физкультурой, мыть руки перед едой, а также мыть овощи и фрукты, а ещё и чистить зубы. *(чихает)* Ой, это я, наверное, последний раз чихнул. Сейчас хорошо вытру нос и причешусь. Буду чистым, здоровым и самым красивым.

(причёсывается, вытирает нос себе, а потом пытается причесать кого-то из детей)

Ведущий: Какой ужас, Клёпа, ты что делаешь! Это же предметы личной гигиены, они должны быть у каждого свои и давать их никому нельзя.

Ребята, а вы знаете, чем можно делиться друг с другом, а чем нельзя? Давайте это проверим.

Игра «Можно – нельзя» (зубная щётка, игрушка, носовой платок, полотенце, карандаш, книга, тапочки)

Ведущий: Молодцы, ребята, а теперь пора размяться.

«Полоса препятствий»

Ведущий: Ну, вот и закончился наш День здоровья. Мы не только с вами поиграли, но и вылечили нашего Клёпу.

Чтобы вырасти здоровыми, умными, толковыми,

Чтоб прогнать усталость, лень,

Ешьте витамины каждый день.

Клёпа: Рано утром не ленитесь

На зарядку становитесь.

Помогают нам всегда

Солнце, воздух и вода.

А за то, что вы меня вылечили и научили многому, примите от меня в подарок угощения.

(раздаёт угощения)

До свидание, детвора,

Всем привет, физкульт-ура!