

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №271»  
(МАДОУ «Детский сад №271»)

Спортивное развлечение «День здоровья»  
(средняя группа)

Подготовил: Заря Е.В.  
Инструктор по ФК

## Спортивное развлечение «День здоровья» (средняя группа)

**Цель:** создать радостное эмоциональное настроение, повысить у детей интерес к физической культуре и здоровому образу жизни, закреплять культурно-гигиенические навыки у детей.

**Задачи:**

Образовательные: активизировать двигательную активность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве;

Развивающие: развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;

Воспитательные: воспитывать любовь к спорту, физической культуре;

**Оборудование:** Конусы, обручи, мячи, кубы, дуги, мячи пластмассовые, корзины.

### Ход мероприятия:

Под музыку дети входят в зал, строятся.

**Пилюлькин:** Здравствуйте, ребята! Давайте познакомимся – меня зовут доктор Пилюлькин. Сегодня в нашем детском саду проходит праздник «День здоровья».

Всем известно, всем понятно,  
Что здоровым быть приятно,  
Только надо знать,  
Как здоровым стать?

**Пилюлькин:** *Как здоровым стать? Что такое здоровье?* (Ответы детей)

**Пилюлькин:** Да, здоровье - это когда человек сильный, крепкий и никогда ничем не болеет. Но для этого он должен заниматься спортом, закаляться, есть фрукты и овощи. Вы правы, быть здоровым — это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться, есть побольше витаминов и полезные продукты. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться (ответы детей).

**Пилюлькин:** Да, правильно, молодцы! А кто из вас, ребята, знает, что закалке помогает, и полезно нам всегда? (ответы детей)

**Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!**

Приучай себя к порядку,  
Делай по утрам зарядку.  
Смейся веселей,  
Будешь здоровей.  
У нас все по порядку!  
Ну – ка, стройся на зарядку!

*Дети выполняют под музыку ритмическую гимнастику*

*«Солнышко лучистое»*

**Пилюлькин:**

Спорт, ребята, очень нужен Мы  
со спортом крепко дружим.

Спорт-помощник, спорт здоровье,  
Спорт-игра, физкульт-ура! (все)

**Пилюлькин:** А сейчас я предлагаю провести соревнования. В соревновании будут участвовать две команды! (дети разделились на две команды).

Я предлагаю название команд: Команда **«Неболейки»** и команда

**«Здоровяки».**

Команды строятся в две колонны. Выбираются капитаны команд и начинаются эстафеты. Первой эстафетой мы проверим какие у вас сильные и быстрые ноги.

**1 эстафета:** *«Прыжки на двух ногах из обруча в обруч».*

У каждой команды по 5 обручей. Необходимо как можно быстрее прыгать из обруча в обруч, при этом их не задеть; оббежать куб и вернуться в команду. Оценивается скорость и аккуратность ребенка.

**2 эстафета:** *«Прокати мяч»*

У каждой команды один мяч. Участники прокатывают мяч между предметов и возвращаются обратно с мячом в руках.

**Пилюлькин:** Да, молодцы! С этими заданиями вы замечательно справились.

А сейчас, давайте поиграем в игру «Да и нет».

Чтоб здоровым оставаться нужно правильно питаться!

Вам, ребята, нужно быть внимательными, если еда полезная – отвечать «ДА», если не полезная – «НЕТ»

## *Игра «Да и нет»*

Каша – вкусная  
еда. Это нам  
полезно?

Лук зеленый  
иногда Нам  
полезен, дети?

В луже грязная  
вода

Нам полезна  
иногда?

Щи – отличная  
еда.  
Это нам полезно?

Мухоморный суп  
всегда...  
Это нам полезно?

Фрукты – просто  
красота!  
Это нам полезно?

Грязных ягод иногда  
Съесть полезно,  
детки?

Овощей растет гряда  
Овощи полезны?

Сок, компот  
иногда Нам  
полезны, дети?

Съесть мешок большой  
конфет  
Это вредно дети?

Лишь полезная еда  
На столе у нас  
всегда!

А раз полезная еда  
– Будем мы  
здоровы?

Пилюлькин: Почему еда полезная? Чего в ней много? (ответы детей)  
Правильно! Витамин. Переходим к следующей эстафете.

### **3. Эстафета: «Перенеси витамины»**

Участники по очереди проползают под дугой, добегают до обруча с «витаминами», берут один витамин и обратно возвращаются в команду, кладут «витамин» в корзину.

**Пилюлькин:** Молодцы, ребята! Справились с этим заданием. А вот вам ещё одно задание. Если отгадаете загадки, то узнаете, что ещё нам помогает заботиться о своем здоровье.

### **Загадки**

После бани помогаю  
Промокаю, вытираю.  
Пушистое, махровое,  
Чистое и новое. (Полотенце)

Ускользает, как живое,  
Но не выпущу его я.  
Белой пеной пенится,  
Руки мыть не ленится (Мыло)

Хожу, брожу не по лесам,  
А по усам, по волосам.  
И зубы у меня длинней,  
Чем у волков и у медведей. (Расческа)

Волосистой головкой  
В рот она влезает ловко  
И считает зубы нам  
По утрам и вечерам. (Зубная щетка)

Чтобы волосы блестели  
И красивый вид имели,  
Чтоб сверкали чистотой,  
Мною их скорей помой (Шампунь)

**Пилюлькин:** Молодцы, молодцы! Все верно отгадали. Чтобы быть здоровыми нам надо соблюдать гигиену. Чистота залог здоровья!  
И последнее испытание для вас. Хочу проверить, хорошо ли видят ваши глаза, слышат ли уши и какие вы внимательные.

#### ***4. Подвижная игра «Найди свою пару».***

**Пилюлькин:** Молодцы, ребята! И команда «Неболейки» и команда «Здоровяки» очень здорово постарались. Вы были ловкими, быстрыми, внимательными и дружными. Вот и закончился наш веселый праздник «День здоровья»! Я желаю вам быть всегда здоровыми. А когда мы здоровы у нас всегда хорошее настроение. До свидания!

*Дети под песню «Хорошее настроение» уходят в группу.*