**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад «Родничок» с.Гордино Афанасьевского района Кировской области**

Сценарий мероприятия по физическому воспитанию с детьми средней группы.

**«День здоровья»**

Воспитатель: Варанкина Альбина Валерьевна.

2022г

**Конспект НОД по физическому воспитанию**

**«Советы Заболейке»**

**(сценарий развлечения для средней группы дошкольного возраста).**

**Вид деятельности:** игровая, двигательная.

**Цель:** Сохранять и укреплять здоровье детей.

**Задачи:**

- закрепить знания о необходимых культурно-гигиенических навыках.

- развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;

- воспитывать интерес к ЗОЖ и спорту.

- создать радостное эмоциональное настроение.

**Участники:** дети средней группы

**Предварительная работа**: беседа о здоровом образе жизни, разучивание игр.

**Ведущий:** Здравствуйте, ребята. Сегодня у нас с вами праздник – День здоровья. А чтобы нам всем быть здоровыми я предлагаю подарить частичку здоровья каждому из нас  
  
*Песенка «Здравствуйте, ладошки» М. Картушиной (в записи)*  
*Дети садятся на стулья*  
  
**Ведущий**: Ребята, скажите мне, а вы все здоровы? У вас ничего не болит?  
*Дети отвечают*  
**Ведущий**: А скажи мне, пожалуйста, а что нужно делать чтобы не болеть?  
*Дети отвечают*  
**Ведущий:** Вы дали мне правильные ответы. И сейчас я хочу загадать вам загадки о тех предметах, которые помогают нам сохранить наше здоровье  
**Загадки:**  
1. Ускользает, как живое,   
но не выпущу его я.  
Белой пеной пенится,   
руки мыть не ленится. *(Мыло)*

Гладко и душисто,

Моет очень чисто,

Нужно, чтоб у каждого было.

Что это?

**Ответ:** Мыло

2. Вкуса нет, цвета нет,   
без нее жизни нет! *(Вода)*.  
  
3. Резинка Акулинка   
пошла гулять по спинке.  
И пока она гуляла,   
спинка розовая стала. *(Мочалка)*.  
4. Хожу-брожу не по лесам,   
а по усам, по волосам,  
И зубы у меня длинней,   
чем у волков и медведей *(Расческа)*.

Без нее мы никуда:  
«ни туда и не сюда»,  
Всем для жизни нам нужна  
Очень чистая. **( Вода**  
  
5. Дождик теплый и густой,   
этот дождик непростой.  
Он без туч, без облаков   
целый день идти готов. *(Душ)*.  
  
6. Костяная спинка, на спинке – щетинка,  
По забору прыгала, всю грязь выгнала. *(Зубная щетка)*

. Костяная спинка,

Жесткая щетинка, С

мятной пастой дружит,

Нам усердно служит.

**Ответ:**Зубная щетка

Вытираю я, стараюсь,

После бани паренька.

Все намокло, все измялось -

Нет сухого уголка.

**Ответ:** Полотенце

**Ведущий:** Молодцы, ребята, я вижу, что вы следите за чистотой  
  
*Вдруг звучит грустная музыка, в зал заходит и сильно кашляет Заболейка, на шее у него теплый шарф*  
**Ведущий**: Вы кто?  
**Заболейка**: А разве вы не знаете? Меня зовут Заболейка. *(кашляет, держится за горло)*  
**Ведущий**: А что с вами?  
**Заболейка**: *(кашляет)* А вы разве не видите, я болею.   
**Ведущий**: Мне очень вас жаль, но вы, наверное, не делаете зарядку, не закаляетесь, вот и заболели  
**Заболейка**: А что такое зарядка?  
**Ведущий**: Дети давайте покажем наше гостю, что такое зарядка*)*  
  
**Заболейка:** Ладно, буду делать по утрам зарядку  
**Ведущий:** Чтобы не болеть, надо кушать витамины, а они живут во фруктах и овощах.   
**Заболейка**: А я люблю кушать конфеты, шоколад, пить вкусный лимонад  
**Ведущий:** Вот поэтому вы и болеете. Сейчас наши, ребята, помогут разобраться с овощами и фруктами  
**Игра «Фрукты – овощи»**  
Две команды детей разбирают фрукты и овощи из одной большой корзины на две маленькие  
  
**Заболейка:** а что еще нужно кушать, кроме фруктов и овощей?  
**Ведущий:** А мы сейчас узнаем, что надо кушать  
Каша-вкусная еда. Это нам полезно? *(да)*   
Творог, сыр, кефир всегда нам полезны, дети? *(да)*   
Лук зеленый иногда нам полезен, дети? *(да)*   
В луже грязная вода нам полезна, дети? *(нет)*   
Фрукты – просто красота! Это нам полезно? *(да)*   
Грязных ягод иногда съесть полезно, дети? *(нет)*   
Сок, компотик иногда нам полезны дети? *(да)*   
  
**Ведущий:** Сейчас мы поиграем и узнаем. Запомнили мы правильную и полезную пищу  
  
Все дети встают в большой круг, под музыку передают мяч друг другу, как музыка останавливается, тот, у кого оказался мяч называет полезный продукт, фрукт или овощ.  
**Заболейка:** Сколько всего полезного я узнал  
**Ведущий:** Зарядку делать мы тебя научили, разбираться в полезных продуктах – тоже, а теперь предлагаем с нами поиграть, ведь спорт и движение очень полезны  
**Игра «Прокати мяч»**  
Две команды детей перекатывают мячи из корзины в обруч, напротив каждой команды  
**Ведущий:** А я знаю еще одну очень интересную игру  
**Игра «Поймай микроба»**  
Все дети встают в круг и берутся за руки. Несколько детей – микробы. Звучит музыка, дети в кругу поднимают руки *(воротики)*, а дети микробы свободно бегают через центре кругу, забегая и выбегая из него. С окончанием музыки, дети в кругу резко опускают руки вниз, ловят микробов. Микроб, который оказался в центре круга превращается в витамин, встает в общий круг.  
**Ведущий:** Скажи, Заболейка, а ты любишь гулять на свежем воздухе?  
**Заболейка:** Нет, нет. Я очень боюсь ходить на улицу. А вдруг меня кто-нибудь заразит  
**Ведущий**: Ребята, а как вы думаете гулять полезно?   
  
**Ведущий:** На улице обязательно нужно гулять. Прогулки полезны для здоровья.   
**Ведущий:** Ну, что Заболейка, теперь ты понял, что нужно делать. Чтобы не болеть?  
**Заболейка**: Понял.  
**Ведущий**: И сейчас мы хотим дать тебе несколько полезных советов  
**Дети:**  
1. Как же вырасти большим?  
Это очень просто!  
Кушай кашу по утрам  
Для большого роста.  
  
2. Творог кушай, молочко,  
Мясо ешь и рыбку.  
Зубки будут крепкие  
Красивою улыбка.  
  
3. Ешь салат из овощей.  
Это очень вкусно  
И полезно для детей:  
Есть салат капустный.  
  
4. Кушай фрукты на десерт.  
Яблочки и сливы.  
Вырастешь тогда большим,  
Сильным и красивым!  
  
  
  
7. Если хочешь быть здоров,   
Позабудь про докторов,  
Кушай овощи и фрукты.   
Это лучшие продукты!  
  
**Заболейка**: Спасибо ребята, теперь я буду правильно питаться! Делать зарядку и дружить со спортом. Можно мне на прощание подарить вам витамины. Которые прописал мне доктор *(открывает сумочку – аптечку)*, а там лежат яблоки  
  
*Заболейка прощается и убегает*  
  
**Ведущий**: На этом наш праздник подошел к концу.