**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.