

ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –
ДЕТСКИЙ САД ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ № 143

**«ВЫСТАВКА МЕТОДИЧЕСКОГО
ОПЫТА»
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ПО
ФИЗИЧЕСКОМУ
РАЗВИТИЮ: « ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»
(ОСЕННИЙ, ЗИМНИЙ, ВЕСЕННИЙ)**

**Составитель:
инструктор по физической культуре
Киселева Татьяна Дмитриевна**

Сценарий дня здоровья в ДОУ

(Осенний)

Цель: Пропаганда здорового образа жизни через спортивно-оздоровительную деятельность.

Задачи: 1. Укрепление здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. 2. Содействие в формировании жизненно-необходимых физических качеств. 3. Формирование физической красоты, силы, ловкости.

Участники: Ведущий, Простуда, Доктор Айболит, дети детского сада, воспитатели, сотрудники детского сада, узкие специалисты, родители (анкетирование).

Место проведения праздника: физкультурный зал.

I часть

Общий сбор в физкультурном зале.

Звучит музыка «Спортивный Марш», автор Лебедев-Кумач, композитор И. Дунаевский.

Дети входят в зал, шагают под марш, друг за другом, образуя круг. Затем становятся каждый со своей группой.

Ведущий: Сегодня у нас, ребята, праздник- «День здоровья».

Что нужно делать, чтобы быть здоровым, крепким?

Дети: Нужно делать зарядку, принимать витамины, чистить зубы, закаляться.

Ведущий: Правильно, ребята.

Вместе с солнышком проснись,

На зарядку становись,

Будем бегать и шагать

И здоровье укреплять.

Звучит марш («Спортивный Марш» автор Лебедев-Кумач, композитор И. Дунаевский). Дети выполняют зарядку.

Комплекс упражнений.

1. Ходьба друг за другом на носках, на пятках. Легкий бег.
2. «Повороты головы». И.п.: основная стойка. 1 – повернуть голову вправо (влево), 2 – и.п.
3. «Повороты в стороны». И.п.: стоя, руки на поясе, 1 – правую (левую) руку в сторону, поворачивая туловище, 2 – и.п.
4. «Наклоны вперед» Достать до носочков, замереть, выпрямиться.
5. Поднимаемся на носочки и опускаемся,
6. «Приседаем». 5-10 раз
7. «Прыжки на одной и на двух ногах»
8. Дыхательные упражнения.

Неожиданно появляется «Простуда»

Простуда: Ой, я так спешила, бежала,

А на зарядку опоздала.

Ведущий: Ребятки, вы знаете, кто к нам пришёл?

Дети: Нет.

Простуда: Как не знаете?

Я противная простуда

И пришла я к вам отсюда.

(показывает на окно, начинает громко чихать и кашлять)

Простуда: Всех я кашлем заражу,

Всех я чихом награжу.

Ведущий: А мы с ребятами не боимся тебя, вредная простуда.

Будем мы всегда здоровы!

Закаляться мы готовы

И зарядку выполнять,

Бегать, прыгать и скакать.

Простуда: Как подую я на вас,

Как закашляю сейчас,

Всех болезнью заражу

И микробами награжу.

Ведущий: Ничего «Простуда» у тебя не получится.

Видишь, наши детки каждый день занимаются физкультурой. Ребята, а что вы еще делаете, чтобы быть здоровыми?

Ответы детей.

Простуда: Неужели у меня не получится никого заразить?

Ведущий: Не получится. Ребята давайте мы сейчас отправимся на завтрак а потом снова вернемся в зал и докажем простуде что мы знаем как быть здоровыми и что мы не хотим болеть.

Простуда: ну что же я приду и проверю ваши знания, а кто ничего не знает того я кашлем награжу (кашляет и чихает).

II часть

Место проведения праздника: физкультурный зал, помещения детского сада (кухня, медицинский кабинет, кабинет психолога, помещения групп).

9.00

Стук в дверь.

Ведущий.

Что за гость спешит на праздник?

Как зовут его, узнай?

А для этого загадку поскорее отгадай:

Приходи к нему лечиться

Зверь любой, любая птица.

Всем помочь он поспешит

Добрый доктор ...

Дети. Айболит!

Входит Доктор Айболит.

Доктор Айболит: Здравствуйте, ребятки!

Доктора вызывали?

Я Доктор Айболит.

У кого чего болит?

Ведущий: Здравствуй, Доктор Айболит!

Ничего у нас не болит.

Мы сегодня утром делали зарядку, и к нам примчалась «Простуда».

Хотела наших деток заразить, чтобы они заболели, чтоб у них поднялась температура, начался кашель, насморк.

Но наши дети всегда делают зарядку, принимают витамины, пьют соки.

Правда ребята?

Ответ детей: Да!

Простуда: Ой! А я не верю им Доктор Айболит, мне кажется, что они не знают, что нужно делать чтобы быть здоровыми!

Доктор Айболит: Ребята, давайте сейчас покажем и расскажем Простуде что мы знаем о здоровье! И докажете Простуде что вы не хотите болеть, и будете здоровы!

Ведущий: Наш детский сад сегодня превратился в страну «Здоровье»

Сейчас все группы отправятся проходить испытания по станциям «Здоровья». Вы посетите станцию «Чистюля», «Аппетитную», «Позитивную», станцию «Будь осторожен» и станцию «Спортивную», а потом мы дружно пойдем гулять на улицу. Ведь прогулка тоже полезна для здоровья. Не так ли ребята?

Ответ детей: Да!

Простуда: Ну что ж ребята, смотрите если кто-нибудь сделает ошибку или ничего не знает, того я точно простужу, ведь я простуда! Будете кашлять и чихать, или еще хуже лежать с температурой дома!

Доктор Айболит: Ну уж нет, Простуда, ребята все знают о здоровье, и тебе не удастся их заразить, правда ребята?

Ответ детей: да!

Дети проходят каждую станцию совместно воспитателем и выполняют различные задания, отвечают на вопросы и т.д. Схема прохождения станций прилагается.

Схема прохождения станций «Здоровье»

Младшая группа

1. «Чистюля»
2. «Аппетитная»
3. «Позитивная»
4. «Спортивная»
5. «Будь осторожен»

Средняя группа

1. «Аппетитная»
2. «Чистюля»
3. «Спортивная»
4. «Позитивная»

5. «Будь осторожен»

Старшая группа

1. «Позитивная»

2. «Спортивная»

3. «Чистюля»

4. «Аппетитная»

5. «Будь осторожен»

Подготовительная группа

1. «Спортивная»

2. «Позитивная»

3. «Аппетитная»

4. «Чистюля»

5. «Будь осторожен»

На станциях проводятся викторины, создаются проблемные ситуации, а также с детьми проводятся спортивные состязания.

Станция «Спортивная» - эстафеты, соревнования, спортивные игры по возрасту, проводит инструктор по физической культуре.

Станция «Чистюля» — беседы о гигиене человека, может проводить медицинский сотрудник детского сада.

Станция «Аппетитная»- беседы о правильном питании, фруктах, овощах, полезных продуктах на станции беседу проводит повар детского сада.

Станция «Позитивная» — обсуждение эмоционального состояния, которое также влияет на состояние здоровья детей. Проводит психолог детского сада.

Станция «Будь осторожен» — обсуждение ситуаций опасных для жизни и здоровья детей, для старшего возраста проводится викторина по пожарной безопасности или про ПДД, на выбор педагога (воспитателя).

После прохождения всех станций дети идут на прогулку и играют в подвижные игры по возрасту.

Подвижные игры для детей.

Младшая группа

«Кот и мыши»

Задачи: Развитие общей моторики; зрительного внимания; оптико-пространственных представлений; координации речи, движения и музыки; мелодического слуха; певческого и речевого дыхания; просодических компонентов речи; тормозных установок; терпения и быстроты реакции; переключаемости; развитие творческих способностей.

Материал: шапочка кота.

Ход игры: Дети, с помощью педагога считалкой выбирают кота, остальные дети становятся мышами. Кот «живет» в своем домике. Домики находятся напротив друг друга, на расстоянии 5 — 6 метров.

Кот читает стихотворение, выполняя движения по тексту:

Я — красивый рыжий кот

У меня — пушистый хвост

Мышек очень я люблю,

Их ловлю, ловлю, ловлю.

Затем кот садится в домик, «засыпает».

«Мыши», сидя в домике, говорят коту:

Спи, усни, спи, усни.

Кот пушистый, спи — усни.

Затем, «мышки» встают и со словами «Тише, мыши, кот услышит»

двигаются к домику кота.

Неожиданно звучит громкий удар в бубен(воспитатель), «кот» просыпается и начинает догонять «мышей». «Мыши» стараются убежать в свои домики.

Котом становится пойманный ребенок или выбирается как в начале игры.

Подвижная игра «Поймай комара»

Количество игроков: любое. Дополнительно: веревка длиной 0,5 метра, платочек. К верёвочке привязывают платочек — «комар». Веревку с комаром можно прикрепить к пруту, а можно держать в руке. Взрослый держит веревочку так, чтобы «комар» находился на 5-10 см. выше поднятой руки ребёнка. Ребёнок, подпрыгивая, старается прихлопнуть комара ладонями.

Средняя группа

«У медведя во бору»

Играющие выбирают медведя, определяют место его берлоги. Дети идут в лес за грибами, ягодами и напевают песенку: У медведя во бору

Грибы, ягоды беру!

Медведь постыл,

На печи застыл!

Медведь просыпается, выходит из берлоги, медленно идет по поляне.

Неожиданно он быстро бежит за играющими и старается кого-то поймать.

Пойманный становится медведем.

Правила:

1. Медведь выходит из берлоги только после того, как дети споют песенку.
2. Дети в зависимости от поведения медведя могут не сразу бежать в свой дом, а повторить песенку, раззадорить его.

«Лиса в курятнике»

На одной стороне зала находится курятник. В курятнике сидят куры. На противоположной стороне площадки — нора лисы. Все свободное место — двор.

Один из играющих назначается лисой, остальные — куры. По сигналу воспитателя куры спрыгивают с насеста, бегают по двору, хлопают крыльями, клюют зерна. По сигналу «лиса» куры убегают в курятник и взбираются на насест, а лиса старается поймать курицу. Неуспешную спастись она уводит в свою нору. Игра возобновляется. Когда лиса поймает 2—3 кур, выбирается другая лиса.

Старшая группа

«Удочка»

Для игры нужна верёвка длиной 3-4 м, на конце которой привязан мешочек, наполненный горохом или песком. Иногда для игры используют обычную

скакалку. Это удочка, с помощью которой рыбак (водящий) ловит рыбок (остальных играющих). Все играющие становятся в круг, а водящий — в середину круга с верёвкой в руках.

Водящий вращает верёвку с мешочком так, чтобы тот скользил по полу, делая круг за кругом под ногами играющих. Они внимательно следят за движением мешочка и подпрыгивают, чтобы он не задел кого-либо из них. Тот, кого заденет мешочек или верёвка, становится в середину и начинает вращать верёвку, а бывший водящий идёт на его место в круг. Выигрывают два-три игрока, оставшиеся последними.

«Мышеловка»

Дети распределяются на 2-е группы. Одна образует круг- мышеловку. Остальные изображают мышей и находятся вне круга. Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки, идут по кругу вправо, влево, приговаривая:

Ах, как мыши надоели,
Развелось их просто страсть.
Всё погрызли, всё поели,
Всюду лезут, вот напасть.
Берегитесь же, плутовки,
Доберёмся мы до вас.
Вот поставим мышеловки,
Переловим всех за раз!

По мере произнесения слов дети – мыши вбегают в круг, подлезая под сцепленные руки детей, идущих по кругу, и выбегают из круга. По окончании слов мышеловка закрывается - дети опускают руки. Те, кто остался в кругу, считаются пойманными. Они встают в круг – мышеловка увеличивается. Игра повторяется.

Подготовительная группа

«Лягушки и цапля»

В одном из углов площадки очерчено «гнездо цапли».

Воспитатель назначает одного из играющих цаплей, остальные — «лягушки», которые стоят или прыгают в болоте.

Когда все играющие разместились на отведенных для них участках площадки, воспитатель даёт сигнал «цапля». Высоко поднимая ноги, она направляется к болоту, перешагивает через веревку, чтобы поймать лягушек. Лягушки, спасаясь от цапли, выскакивают из болота, прыгают через веревку любым способом: отталкиваясь двумя ногами, одной ногой, с разбегу — лишь бы убежать от цапли. Перешагнув через веревку, цапля ловит не успевших выпрыгнуть из болота лягушек. Пойманных цапля уводит к себе в дом, и они временно выбывают из игры (пока не сменится цапля).

Если все лягушки успели выскочить из болота и цапля никого не поймала, она возвращается к себе в дом, Новая цапля выбирается после того, как будет поймано 2—3 лягушки.

Продолжительность игры 6—7 минут.

Правила игры

- 1) Цапля может ловить лягушек только в болоте.
- 2) Лягушки должны перепрыгивать, а не перешагивать через веревку.
- 3) Лягушка, перешагнувшая через веревку, считается пойманной.

Указания к проведению игры

- 1) Вережка должна так накладываться на колышки, чтобы она могла легко упасть, если дети ее заденут.
- 2) Если, прыгая через веревку, играющий уронит ее, веревка кладется на колышки воспитателем.
- 3) Воспитатель следит, чтобы играющие не толпились у одной из сторон квадрата.
- 4) Когда дети усвоят игру, можно усложнить ее введением второй цапли.
- 5) Если цапля долго не может поймать лягушек, выбирается новая цапля.

«Краски»

Ход игры:

Игроки – краски — сидят на лавке, бревне или скамейке. По договоренности из числа играющих выбираются продавец и художник. Художник отходит в сторону, чтобы не слышать разговора играющих с продавцом. Каждая краска придумывает себе цвет и называет его продавцу. После чего к играющим подходит художник — покупатель.

Он стучит:

Художник: Тук-тук!

Продавец: Кто там?

Художник: Это я, художник!

Продавец: Зачем пришел?

Художник: За краской.

Продавец: За какой?

Художник: За красной (желтой, золотой и т.д.).

Если красной краски нет, то продавец говорит: «Скачи по красной дорожке, купи себе красные сапожки!» Художник должен доскакать на одной ножке до заранее определенного места и вернуться в магазин за новой краской.

Если названная краска есть, продавец выводит ее на линию старта, берет за руку художника и произносит рифмовку: «Раз – два – три — бери!» После чего краска бежит до условленного места (финиша), а художник пытается ее поймать. Если художник поймал краску, то происходит смена водящего, и он сам становится краской.

III часть

Место проведения: физкультурный зал

(проводится во второй половине дня после дневного сна в 15.15)

После проведения закаливающих и гигиенических процедур дети совместно с воспитателями и помощниками воспитателей на группах принимают

участие в приготовлении и дегустации «ВИТАМИННЫХ САЛАТОВ»
(Салаты фруктовые или овощные).

После приема пищи (полдника) все участники «Дня Здоровья» собираются в музыкальном зале на подведение итогов)

Ведущий: Ну что ребята сегодня в нашем саду прошел «День здоровья». Вы путешествовали по стране «Здоровье», расскажите, а что вы делали на станции «Аппетитная»?

Ответы детей.

Ведущий: А на станции «Чистюля»?

Ответы детей.

Ведущий: А чем вы занимались на станции «Будь осторожен»?

Ответы детей.

Ведущий: А что вы делали на станции «Позитивная»?

Ответы детей.

Ведущий: А чем вы занимались на станции «Спортивная»?

Ответы детей.

Ведущий: Да вы такие молодцы и простуду прогнали и показали, какие вы сильные, смелые.

Вы прошли все испытания и доказали что вы знаете вести себя чтобы не заболеть и быть здоровыми.

Ведущий: Ребята, к сожалению, Айболит улетел в Африку, в Лимпопо, лечить больных зверюшек, но он оставил письмо для всех нас.

Письмо.

«Дорогие ребята!!!

Любите холодную воду, она закаляет ваше тело и ум.

От простой воды и мыла

У микробов тают силы.

Чтоб расти и закаляться,

Надо спортом заниматься.

Закаляйся, детвора,

В добрый час: Физкульт-Ура!»

Дети. Ура!

Ведущий: А еще ребята он оставил нам в награду за пройденные испытания. Это подарки для групп и мультфильм для детей: «Зарядка для хвоста» из серии «38 попугаев»), студия «Союзмультфильм», 1979 г. Режиссер: Уфимцев Иван.

(Варианты подарков: спортивный инвентарь, массажеры, фитбольные мячи, и т.д.)

Ведущий предлагает детям посмотреть мультфильм «Зарядка для хвоста»

Использованная литература:

1. Конторович М.М., Михайлова Л.И. «Подвижные игры в детском саду» - 1961г.
2. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» Пособие для воспитателя детского сада – М.: Просвещение, 1989 г.
3. Гирченко. И. «Подвижные игры» — М.: Мой Мир ГмбХ&Ко. КГ, 2007 г.
4. Интернет-ресурсы

«ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ» (ЗИМНИЙ)

Сценарий дня здоровья в ДОУ.

Цель: Формирование навыков ЗОЖ.

Предварительная работа: подготовка костюмов, атрибутов для игр. Воспитатели вместе с детьми рисуют эмблемы, группы украшают плакатами по теме: здоровый образ жизни, спорт.

При утреннем приеме детей педагоги обращают внимание детей на настроение друг друга и проводят взаимосвязь между хорошим настроением и здоровьем.

Дети всех групп приходят на зарядку в зал, где проводится утренняя гимнастика и ведущий объявляет о предстоящем Дне здоровья.

Перед завтраком воспитатели проводят беседу о полезных продуктах.

После завтрака в старшей и подготовительной группах проводятся беседы и викторины на темы: «Зимние виды спорта», «Польза спорта в укреплении здоровья», «Предстоящие олимпийские игры».

Младшая и средняя группа спускаются в зал, где их ждут ведущие герои мультфильма «Маша и Медведь».

Оборудование: Атрибуты к сюжетно-ролевым играм «Поликлиника», «Кафе», «Семья», домик (ширма). (В зале в углу стоит ширма, за ширмой на лавке лежит Мишка — он «заболел».)

Под весёлую музыку дети вбегают в зал и выстраиваются в один круг.

Ведущий: Ребята! Сегодня у нас День здоровья. Весь день мы будем с вами играть в весёлые игры, играть и в группе, и на улице.

Проводится игра «**У всех своя зарядка**», дети рассказывают стихи, имитируя движения зверей. **Игра-упражнение «У всех своя зарядка»**

Раз присядка, два – прыжок,

И опять присядка,

А потом опять прыжок –

Заячья зарядка!

Покажите, как? (Дети показывают движения.)

Птичка скачет, словно пляшет,

Птичка крылышками машет

И взлетает без оглядки –

Это птичкина зарядка!

Покажите, как? (Дети показывают движения.)

А щенята, как проснутся,

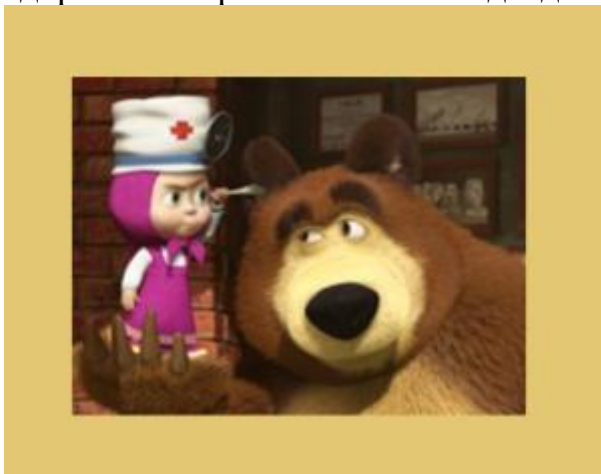
Очень любят потянуться.

Обязательно зевнут,

Ловко хвостиком махнут.

Как? (Дети показывают движения.)

А котята спинки выгнут
И не слышно с места прыгнут.
Перед тем, как прогуляться,
Начинают умываться.
Как? (Дети показывают движения.)
Ну, а мишка косолапый
Широко разводит лапы:
То одну, то обе вместе,
Долго топчется на месте.
А когда зарядки мало,
Начинает все сначала!
Как? (Дети показывают движения.)
Ведущий: Ах! Какие вы все молодцы, как хорошо показали все движения, потрудились на славу, а теперь можно и отдохнуть. Далее все дети рассаживаются на стулья. Детям предлагается фрагмент мультфильма «Будь Здоров» из серии «Маша и Медведь».



После просмотра мультфильма появляется Маша. Она здоровается с детьми.

Ведущий: Вы узнали кто это? Это Маша из мультфильма «Маша и Медведь».

Маша: А вы не видели Мишку? Я пришла к нему в гости.

Ведущий: А где может быть Мишка? Дети указывают на ширму- домик.

Маша подходит к домику и стучит. Ей никто не открывает. Тогда она сама заходит в домик.

Ведущий: А мы сейчас тоже посмотрим, что происходит в домике и открывает ширму. Мишка лежит на лавке укрытый одеялом и стонет.

Маша: Мишка пойдем гулять, мы с ребятами пришли к тебе в гости.

Мишка говорит, что ему плохо и он не хочет гулять.

Маша осматривает Мишку и делает вывод, что он заболел.

Ведущий: Ребята, наш мишка заболел. Посмотрите — он лежит, у него температура, болит горло. Маша зовет его гулять вместе с вами, а он не хочет. Как ему помочь?

Ответы детей.

На экране высвечиваются слайд с оборудованием для медицинского осмотра и не только... (те же предметы разложены на столике в домике Мишки).



Маша: Ребята у меня на столе разложены разные предметы. Какие из них помогут мне вылечить мишку?

Ведущий: Внимательно посмотрите на эти предметы (они на экране) и подумайте.

Маша: А теперь я буду приглашать помощников. (Маша приглашает детей индивидуально) Расскажи, как то, что ты выбрал, может помочь вылечить больного.

Ответы детей.

Маша предлагает использовать выбранные предметы для лечения Мишки (надеть маску, померить температуру градусником, сделать укол, позвонить по телефону и вызвать врача, напоить горячим чаем, предложить витамины и таблетки и т.п.)

Маша: Мы с вами правильно полечили мишку, но он еще не совсем поправился. Давайте попробуем сказать ему ласковые и добрые слова. От таких слов наш мишка обязательно поправится.

Мишка после каждого сказанного доброго слова демонстрирует свое выздоровление.

Мишка: Ребята, спасибо вам. Я поправился, и хочу с вами поиграть.

Проводится подвижная игра- «Медведь под горкой».

Мишка «спит» в центре круга.

Как на горке снег, снег

(поднимаем руки вверх, показываем гору)

И под горкой снег, снег

(приседаем)

И на елке снег, снег

(руки вниз)

И под елкой снег, снег

(приседаем)

А под горкой спит медведь

(ручки под щечкой)

Тише, тише не шуметь

(движения указательным пальцем). Все дети замирают, проигрывает тот, кто, кто пошевелится. **Мишка** ходит и смотрит, кто шевелится.

Подвижная игра «Медведь».

Ведущий: Выбирается медведь, он сидит на стульчике. Как только мишка уснет, мы с вами все идем гулять по залу. Как только мишка проснется, мы с вами должны убежать на стульчики. Кто не успеет убежать, того мишка уведет к себе в берлогу.

Маша: Вот и подошел к концу наш праздник, а сейчас мы все пойдем гулять. Вместе с родителями все группы выходят. Педагоги групп проводят подвижные игры на выбор педагогов и соответственно возрасту. После прогулки воспитатели на группах проводят беседы, о том, как себя чувствуют дети после прогулки, есть у них аппетит, как прогулка влияет на хорошее настроение и самочувствие.

После сна в группах проводится:

Беседы в младшей и средней группах о зимних видах спорта, и пользе спорта в укреплении здоровья, о предстоящих олимпийских играх.

Проводятся игры малой подвижности (по выбору воспитателей). Детям можно предложить краски, карандаши и раскраски для детского творчества по теме.

Спортивный досуг для старшего возраста «Веселые старты».

Форма одежды – спортивная. Дети старшей и подготовительной группы заранее делятся на команды и придумывают название. В группах готовятся эмблемы для команд. В каждой команде присутствуют участники из подготовительной и старшей групп.

Оборудование: Атрибуты для игр, эстафет, Эмблемы, магнитная доска для подведения итогов, протоколы для жюри, награды участникам.

Ведущий: Ребята, как вы думаете, что для любого человека важнее всего? Конечно же здоровье! Это главная ценность человека. Здоровье не купишь ни за какие деньги. Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты. У нас сейчас пройдут веселые старты, которые укрепят ваши мышцы и поднимут вам настроение.

Но сначала **веселая разминка**. (Под музыку проводится разминка)
Далее идет представление **жюри:** заведующая, медицинская сестра.

1 задание.

Каждой из команд будут предложены загадки, за каждый правильный ответ команда получает 1 балл.

1. Деревяных два коня,
Вниз с горы несут меня.
Я в руках держу две палки,
Но не бью коней, их жалко.
А для ускоренья бега
Палками касаюсь снега... (лыжи)

2. В спортзале есть и слева щит,
И справа, как близнец, висит,

На кольцах есть корзины,
И круг посередине.
Спортсмены все несутся вскачь,
И бьют о пол беднягу-мяч.
Его две группы из ребят,
В корзины «выбросить» хотят.
Достанут... и опять о пол!
Игра зовётся ... (баскетбол)
3. Он — «носитель» рюкзака,
В туристическом походе,
Посидеть у костерка,
Очень любит на природе.
Хворост, прошлогодний лист,
Бросит в свой костёр ... (турист)
4. Звучит свисток — забили гол,
Игра зовется как? (Футбол)
5. Да, был вопрос довольно прост,
Теперь задам сложнее:
В игре есть шайба, клюшка, лед,
Играем мы в ... (хоккей)
6. Он на огромную чашу похож.
Болельщик туда по билету лишь вхож.
Болеть на нём круто! «Спартак» — чемпион!
Как улей гудит и гудит ... (стадион)
7. Турнир идёт. Турнир в разгаре.
Играем мы с Андреем в паре.
На корт выходим мы вдвоём.
Ракетками мы мячик бьём.
А против нас — Андрэ и Дэнис.
Во что играем с ними? В ... (теннис)
8. Стань-ка на снаряд, дружок.
Раз — прыжок, и два — прыжок,
Три — прыжок до потолка,
В воздухе два кувырка!
Что за чудо-сетка тут?
Для прыжков снаряд — ... (батут)

2 задание

Игры- эстафеты

1. «Пройди через обручи». Две команды становятся друг за другом в колонну. На площадке раскладывается 3—4 обруча. Задача участников — добежать до поворотной стойки (это может быть стул, куст, камень, столб, какой-то предмет) и вернуться назад к линии старта. На пути вперед необходимо преодолеть препятствия: поднять каждый обруч, продеть через себя и положить на место.

2. «Попади в корзину»

Оборудование: Корзины, мешочки – по количеству детей.

Дети берут мешочки и строятся в 2 колонны. В двух метрах от черты ставят корзины. Дети по очереди бросают мешочки от черты в корзину снизу, от плеча. При повторении дети бросают другой рукой. Когда все дети выполнят бросок, определяют в какой корзине больше мешочков.

3. «Не урони подушку (мешочек)».

Первый участник несет подушку (мешочек) на голове до стойки не уронив ее, обратно он бежит и передает ее следующему.

4. «Прыжки между подушек».

На полу разложено 4-5 подушек. Каждый из участников должен прыжками на 2 ногах попрыгать между подушек туда, а обратно бегом.

5. Эстафета «Полезно — вредно!».

На противоположной стороне лежат полезные и вредные продукты. Игроки первой команды, преодолевая препятствие (пролезая под дугами), должны принести полезные для здоровья продукты, а вторая команда — вредные (муляжи).

Жюри после прохождения командами всех заданий и эстафет подводит итоги, определяет команду-победителя.

В конце праздника проходит награждение команд-участников.

Использованная литература:

1. А.И.Фомина «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду» Москва «Просвещение» 1984 г.
2. М.Ф.Литвинова «Русские народные подвижные игры» Москва «Просвещение» 1986 г.
3. Наталья Иванова «Загадки для детей 5 лет. Про все на свете» Изд-во: Сибирское университетское издательство 2008 г.
4. М.Ю. Картушина «Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет» Изд.: Сфера 2007 г.

«ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ» (весенний)

Сценарий дня здоровья в ДОУ.

Цель: Укрепление здоровья дошкольников

Задачи:

- формировать навыки ЗОЖ
- закреплять знания правил дорожного движения.

Оборудование: магнитофон, аудиозапись зарядки, дорожные знаки, «рули» для п/и «Автомобили», обручи, веревка-маркер, имитация дорожной «зебры», макет светофора, мяч, лупы, бадминтон, скакалки.

Утро: прием детей на улице, зарядка:

1. Ходьба и бег между предметами, поставленными в одну линию (расстояние между ними 0,5 м).

Упражнения без предметов

2. И. п. — стойка ноги на ширине ступни, руки внизу. 1 — руки в стороны; 2 — руки вверх, хлопнуть в ладоши; 3 — руки в стороны; 4 — исходное положение (5-6 раз).

3. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 — руки в стороны; 2 — наклон вперед, хлопнуть в ладоши за коленом правой (левой) ноги; 3 — выпрямиться, руки в стороны; 4 — исходное положение (5-6 раз).

4. И. п. — ноги на ширине ступни, руки на поясе. 1 — присесть, хлопнуть в ладоши перед собой; 2 — встать, вернуться в исходное положение (5-6 раз).

5. И. п. — сидя руки в упоре сзади. 1 — поднять прямые ноги вперед-вверх; 2 — развести ноги в стороны; 3 — соединить ноги вместе; 4 — вернуться в исходное положение (4-5 раз).

6. И. п. — ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища. 1 — прыжком ноги врозь;

2 — прыжком ноги вместе. Выполняется на счет 1-8, затем небольшая пауза и повторить прыжки. Темп выполнения умеренный.

7. Ходьба в колонне по одному.

После завтрака воспитатели на группах проводят беседы на тему: «Безопасное поведение на улице летом».

Далее дети младшего возраста спускаются в зал на тематическое развлечение.

Развлечение для детей младшего дошкольного возраста по ПДД: «Будьте осторожны на дороге».

Часть первая.

Развлечение проводится в музыкальном зале.

Слайд 1

Ведущий:

Каждый знает, что без правил

Без дорожных не прожить.

Все должны мы на дороге осмотрительными быть!

Слайд 2

Ведущий: — Ребята, сегодня к нам в гости придет лиса, по имени Алиса.

Она очень хочет с вами поиграть. Давайте громко похлопаем в ладоши, чтобы он скорее к нам пришел.

(Дети хлопают. **Входит лиса**).

Лиса Алиса: — Здравствуйте, ребята! Меня зовут Алиса.

Я гуляю сама по себе, где хочу и когда хочу.

Ведущий: — Уважаемая лиса Алиса, а ты всегда соблюдаешь правила дорожного поведения на проезжей части, т. е. на дороге?

Лиса Алиса: — Никаких правил я не знаю и соблюдать их не хочу. Я просто люблю гулять.

Ведущий: — Ой, ребята, боюсь я за Алису, как бы она в беду не попала! Ведь она не знает правила пешехода.

Ведущий: — лиса Алиса, а какие ты знаешь дорожные знаки?

Лиса Алиса: — Я не знаю знаков, зачем мне их знать?

Слайд 3

Ведущий:

Дорожные знаки

На страже порядка стоят.

Надо правила все знать

Их, конечно, соблюдать!

Мы о знаках вам расскажем

И, конечно, их покажем!

1-й ребенок.

По полоскам черно-белым

Человек шагает смело.

Знает: там, где он идет,

Пешеходный переход!

(Показывает знак «Пешеходный переход».)

2-й ребенок:

Ни во двор, ни в переулок,

Ни в пустычный закоулок

Не проехать тут никак

Не позволит этот знак.

Помни! Означает он

«Въезд машинам запрещен».

(Показывает знак «Въезд машинам запрещен».)

Зй ребенок.

Эй, водитель, осторожно!

Ехать быстро невозможно.

Знают люди все на свете

В этом месте ходят дети!

(Показывает знак «Дети»)

Ведущий: — Ребята, давайте поиграем с Алисой в игру

«Автомобили»

(дети под музыку бегают по залу, держа в руке руль, а лиса бежит от машин, но в какой-то момент она «сталкивается» с «машиной» и падает на «проезжую часть»)

Ведущий срочно возвращает все автомобили в гараж (на стульчики) и обращается к лисе Алисе: Алиса, ты нарушила правила дорожного движения! С тобой все в порядке? Хорошо, что наши машины не настоящие, но если бы они были настоящие, то тебе пришлось бы очень плохо!!!

Лиса Алиса: - Ух, и испугался же я. Машины как поедут со всех сторон, не до прогулки мне было, как бы самой целой остаться.

Лиса Алиса: — Ну, ладно, я буду гулять по тротуару.

А вдруг мне надо перейти на другую сторону улицы, что же мне делать?

Ведущий: - Тебе надо искать “Зебру”.

Лиса Алиса: - Зебру? Она же в жарких странах живет.

Слайд 4

Ведущий:

Зебра в Африке живет, полосатая очень.

Воду пьет, траву жует, порезвиться хочет.

А у нас на улице, здесь у перекрестка,

Точно зебра, в самый раз, переход в полоску.

Лиса Алиса: - Ну и зачем она мне?

Слайд 5

Ведущий: - «Зебра» – это участок дороги, по которому нам пешеходам разрешается переходить улицу, обозначается широкими белыми линиями: белая полоса, черная полоса и опять белая, и т. д.

Игра:

«Собери зебру»

(дети составляют «зебру» из черных и белых полосок, участвует каждый ребенок).

Лиса Алиса: - Теперь мне понятно, где тут зебра. Нужно переходить дорогу по зебре.

Ведущий: — А запомнить вам правила перехода поможет игра **«Переход».**

Проводится игра, как в предыдущем случае, только часть детей становятся «автомобилями», а часть детей, с воспитателями и лисой Алисой – «пешеходами». По сигналу ведущего все участники имитируют ситуацию дорожного движения: автомобили едут по проезжей части, а пешеходы переходят дорогу по пешеходному переходу. Автомобилям нужно останавливаться, если по пешеходному переходу идут пешеходы.

Ведущий в конце подводит итоги игры и хвалит детей и лису за правильное выполнение условий.

Слайд 6

Ведущий загадывает загадку:

Я над шумным перекрестком

С огоньками на груди

Для машин и пешеходов

Самый важный командир

Я стою здесь с давних пор

И на всех гляжу в упор.

Ну-ка, дружно отвечайте

Кто я дети ... (Светофор).

Ведущий: - Начинаем разговор про трехглазый светофор.

Он не зря горит над нами разноцветными огнями!

Лиса Алиса: — Это еще что за животное?

Ведущий: — Светофор поможет перейти дорогу. Он скажет можно переходить или нет.

Лиса Алиса: — Он еще и разговаривает?

Ведущий: — Нет, он нам не словами скажет, а глазками.

Лиса Алиса: — А как это глазками?

Слайд 7

Ведущий: — У светофора есть три огонька – сигнала: красный, желтый и зеленый. (Ведущая показывает цвета). Их и называют глазками, но они загораются не сразу, а по очереди.

Дети читают стихи:

Красный глаз его открылся,

Значит, хочет он сказать:

Как бы ты не торопился,

Должен ты сейчас стоять!

Вот мигает желтым глазом.

Приготовься, говорит!

Как закрою этот — разом

Будет третий глаз открыт.

Третий глаз горит зеленым,

Все машины встали в ряд.

Можем мы идти, ребята,

Мама с папой говорят.

Ведущий: Лиса Алиса, как ты думаешь, на какой цвет можно переходить дорогу?

Лиса Алиса: - Не знаю я, ребята, помогайте.

Дети: — Зеленый.

Ведущий:

- А на какой свет нельзя переходить дорогу?

Лиса Алиса: — Да не знаю я.

Дети: — красный.

Ведущий:

- А если горит желтый?

Лиса Алиса: - Надо подумать.

Ведущий: — Да, действительно надо подумать, надо становиться и подождать, когда загорится красный цвет.

Ведущий:

-Ребята, а я хочу дать вам добрый совет.

Если нет светофора,

Сам свой путь определи –

Посмотри сначала влево

И направо погляди.

Тротуар для пешеходов,

А дорога для машин,

Мы в любое время года

Все куда-нибудь спешим.

Только спешка – не причина,

Чтоб законы нарушать,

Пусть пройдут сначала машины,

А потом и нам шагать.

Игра на внимание.

Если я показываю красный сигнал – вы молчите,

если желтый – хлопаете, ну

а если зеленый – топаете. (Ведущий проводит игру).

-Ребята, давайте вместе с вами повторим значение дорожных знаков.

Игра «Назови знак»

(ведущий читает стих, дети отгадывают, затем показывает знак.)

Тут и вилка, тут и ложка,

Подзаправились немножко,

Накормили и собаку...

Говорим «спасибо» знаку.

(Пункт питания) Слайд 8

Эй, водитель, осторожно,

Ехать быстро невозможно,

Знают люди все на свете

В этом месте ходят

(Дети) Слайд 9

Всем знакомые полоски
Знают дети, знает взрослый,
На ту сторону ведет –
(Пешеходный переход) Слайд 10,11

Ты не мыл в дороге рук,
Поел фрукты, овощи,
Хорошо, что рядом пункт
(Медицинской помощи) Слайд 12

Что мне делать?
Нужно срочно позвонить,
Должен знать и ты, и он
В этом месте **(Телефон) Слайд 13**

Если ты собрался с другом
В зоопарк или в кино,
Подружиться с этим знаком
Вам придется все равно,
Он домчит вас быстро, ловко
Знак... **(Автобусная остановка) Слайд 14**

Лиса Алиса: - Кажется, я все поняла.
Если гулять, не соблюдая правил, то может случиться беда.
**Чтобы руки были целы,
Чтобы ноги были целы,
Знаки эти надо знать,
Надо знаки уважать! Слайд 15**

Спасибо, что рассказали мне о них.
Пойду гулять дальше.

Ведущий:

Пожалуйста, приходи, Лиса Алиса к нам в следующий раз. Мы тебе еще что-нибудь расскажем интересное. А сегодня будь внимательна и осторожна и обращай внимание на сигналы светофора!!! **Слайд 16**

Лиса Алиса: До свидания!

А вы, ребята, будете соблюдать правила поведения на проезжей части?
На этом наш праздник пришел к концу.

Слайд 17

И в конце праздника я предлагаю вам посмотреть мультфильмы из мультсериала «Смешарики»:

1. Светофор
2. Пешеходная зебра
3. Некультурные машины

После развлечения все группы собираются на прогулку в комнату ПДД. По дороге воспитатели обращают внимание на дорожные знаки, сигналы светофора. В комнате воспитатели играют с детьми в подвижные игры. Во второй половине дня воспитатели групп младшего дошкольного возраста проводят с детьми беседы по ПДД, дидактические игры, рассматривают картинки и по общим впечатлениям рисуют рисунки, которые войдут в общую выставочную экспозицию детского сада по Правилам дорожного движения.

Развлечение для детей старшего дошкольного возраста по ПДД: «Будьте осторожны на дороге».

Часть вторая.

Викторина.

Дети под веселую музыку входят в зал. Ведущий предлагает всем проснуться и сделать разминку (предлагается уже знакомый детям материал).

Ведущий:

- Здравствуйте, друзья! Уважаемые дети, воспитатели и гости! Сегодня в нашем зале большой и интересный день- «ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»! Мы начинаем нашу веселую игру – викторину по правилам дорожного движения. Давайте поприветствуем наше жюри (представляет членов жюри).

Послушайте внимательно условия игры: за каждый правильный ответ участники будут получать жетоны, побеждает та команда, которая соберет наибольшее количество жетонов.

I гейм: «Разминка»

- Каждая команда представляет себя, те говорит название команды и девиз по теме ПДД.

II гейм: «Вопрос – ответ».

1. **Кто является «пешеходом»?** («пешеход» — это, человек, идущий пешком).
2. **Кто является «пассажиром»?** («пассажир» — это, человек, кроме водителя, находящийся в транспортном средстве).
3. **Где должны ходить пешеходы?**
4. **Где должны ездить автомобили?**
5. **Что такое перекресток?**
6. **Назовите телефон скорой помощи или службы спасения.**
7. **Где и как нужно переходить улицу?**

8. Как обозначается пешеходный переход на проезжей части?

9. Как регулируется движение на улице?

10. Какие сигналы светофора вы знаете?

III гейм: «Дорожные знаки». Каждая команда получает набор дорожных знаков, необходимо правильно назвать знак и объяснить его значение.

IV гейм: «Собери светофор». Участвуют капитаны команд, им даются кружки красного, желтого, зеленого цветов. Задача быстрее собрать светофор.

V гейм: «Самокаты». Каждый игрок команды на самокате должен быстрее доехать до кубика и обратно.

VI гейм: «Загадки» Побеждает та команда, которая быстрее и правильно отгадает загадку.

1. Несется и стреляет, ворчит скороговоркой,
Трамваям не угнаться за этой тараторкой. (Мотоцикл)

2. Эй не стойте на дороге!
Мчит машина по тревоге
А зачем ей так спешить?
Как зачем? Пожар тушить! (Пожарная машина)

3. Бывает ли у дождика четыре колеса?
Скажи, как называются такие чудеса? (Моечная машина)

4. Что за чудо – синий дом, окна светлые кругом,
Носит обувь из резины и питается бензином? (Автобус)

5. Наверху машин поток, здесь приятный холодок
Здесь и днем не гаснет свет, есть киоски для газет. (Подземный переход)

6. Сам не едет, не идет,
Не поддержишь — упадет,
А педали пустишь в ход-
Он помчит тебя вперед. (Велосипед)

- В заключительной части проводится подведение итогов и награждение победителей (медали). И в конце праздника детям предлагается посмотреть мультфильм: **«Про котенка Женю и правила движения»**

После возвращения в группу во второй половине дня дети рисуют свои впечатления от того, что увидели, услышали за весь день.