

День здоровья: 25 января 2024

Спортивное развлечение «В гостях у Айболита» для детей средней группы

Цель: Формировать и пропагандировать здоровый образ жизни в семье и в детском саду.

Задачи:

- развивать физические качества: выносливость, быстроту, силу, реакцию;
- закрепить знания о необходимых культурно-гигиенических навыках и пользе здорового питания и витаминов;
- воспитывать интерес к здоровому образу жизни, занятиям спортом.

Оборудование:

Одежда и атрибуты для Айболита; фрукты и овощи, дуги, обручи, медали, воздушный шарик, письмо.

Ход развлечения

Дети входят в группу под музыку. Рассаживаются на скамейку.

Ведущая. Здравствуй, ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник.
Нынче праздник, день здоровья,
С ним хотим поздравить вас.
Счастья, бодрости с любовью
Пожелаем про запас!

Пусть все хвори исчезают,
Пусть покинут грусть и лень,
Пусть здоровья вам хватает
Каждый час и каждый день.

Давайте все дружно крикнем
Дню здоровья: «Ура! Ура! Ура!»

Ведущая. Дети, кто скажет, что значит «быть здоровым»? Как вы это понимаете?

(Ответы детей)

Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться. А еще не сидеть на месте, больше и чаще двигаться.

Здоровье-это бесценный дар, который получает человек при рождении.

Здоровье- это сила, хорошее настроение, когда все у нас получается.

Под веселую музыку в зал влетает воздушный шар, на нем письмо.

Ведущая. Смотрите, смотрите, ребята, к нам на воздушном шарике прилетело какое-то письмо. От кого же оно может быть? Хотите узнать от кого оно?

Дети. Да, с удовольствием.

Ведущая. Тогда отгадайте загадку и узнаете.

Загадка

Лучший доктор для зверей
и любимец всех детей
лечит от всего-всего,
не боится ничего.

Нет для доктора преград,
всем помочь он только рад.

Кто же в Африку, друзья,
полетел совсем не зря?

И девчонки, и мальчишки
знают то название книжки.

Дети. Это Доктор Айболит!

Ведущая. Правильно, молодцы.

(Читает письмо)

«Здравствуйте, мои дорогие ребята! Пишет вам доктор Айболит. Хотел я в гости Вас позвать, о деле важном рассказать и всем здоровья пожелать!

А еще посмотреть какие вы все – ловкие и умелые, сильные и смелые!»

Ведущая. Дети Айболит приглашает нас с вами в гости, отправимся к нему?

Дети. Да!

Ведущая. Хорошо, тогда в путь скорее собирайтесь!

Я гуляю по дорожке *(маршируют)*,

И мои шагают ножки.

А потом, а потом *(бегут на месте)*

Все бегом, бегом, бегом.

Через лужи прыг-скок.

Прыг-скок, прыг-скок *(прыжки с ноги на ногу)*.

А теперь на бугорок,

Стоп *(притоп)*

Надоело мне стоять,

Лучше буду танцевать *(исполняет простые движения: нога на носок, на пятку, ковырялочка и т.п.)*.

Ведущая. Вот мы с вами и пришли к доктору Айболиту

Под музыку в зал выходит Айболит. (медсестра)

Айболит. Здравствуйте ребята! Добро пожаловать ко мне в гости. Ждал я вас и поджидал.

Я тот самый Айболит, что всех излечит-исцелит.

Я надеюсь, вы все здоровы?

Дети. Да, здоровы.

Айболит. Зубки, ушки, чистите всегда?

Дети. Да!

Айболит. А мочалка и вода с вами подружилась?

Дети. Да!

Айболит. Тогда пора начинать наш праздник спортивный. Хочу посмотреть какие Вы смелые, умелые, ловкие, смышленные.

Ведущая. Ну, раз мы пришли в гости к доктору, мы теперь не просто ребята, а веселые зверята. «Котята», «мышата», «Лисята», »Медвежата» ,»Зайчата»

Приглашаем всех ребят - зверят на веселую зарядку.

Проводится веселая зарядка для зверят

Мы сегодня не ребятки, мы веселые зверятки!

На полянке тишина, мы шагаем раз-два, раз-два

(ходьба в колонне друг за другом)

Здесь котята *(прыжки)*

И мышата *(ходьба на носочках)*

Медвежата *(ходьба в перевалку)*

И лисята *(перекат с носочка на пяточку)*

Дружно цапли здесь шагают, выше ноги поднимают!

(ходьба с высоким подниманием колена)

Вот все звери побежали,

А теперь все дружно встали.

Подравнялись, рассчитались *(расчет на 1,2 и перестроение в две колонны)*

Ну - ка, звери, не зевай! Упражнения начинай!

Делаем разминку под музыку!

Доктор Айболит снова проверяет температуру, горло, смотрит руки, ноги у ребят, слушает дыхание.

Доктор Айболит. А сейчас я приглашаю всех зверят на веселые спортивные соревнования. Посмотрим, какие у нас ловкие, сильные и смелые ребятки - зверятки.

Ведущая.

А сейчас внимание! Начинаем соревнования!

Проводится игра-эстафета

Ведущая. Загадаю вам загадку, слушайте внимательно.

Загадка

Звонкий, громкий и прыгучий

Улетает аж за тучи

И на радость детворе

Звонко скачет во дворе.

Дети. Это Мяч

Проводится игра на внимание

Ведущая. Посмотри, какие кегли

Ровно-ровно в ряд стоят!

К ним направим мяч умело

И они уже лежат!

Дети, присев на корточки (наклонившись, ноги чуть шире плеч, с обозначенного места) прокатывают мячи двумя руками вперед, стараясь сбить кегли.

Айболит. Ах, ребята молодцы!

Ведущая. Продолжаем наш праздник. И сейчас мы поиграем в подвижную игру.

Проводится подвижная игра: «Через ручеек»

Задачи: Развивать у детей ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

Описание: Все играющее сидят на стульях, в 6 шагах от них кладутся 2 шнура, расстояние между ними 2 метра – это ручеек. Дети должны по камушкам – дощечкам перебраться на другой берег не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы дети могли прыгнуть обеими ногами с одного камушка на другой. По слову «Пошли!» 5 детей перебирается через ручеек. Тот, кто оступился, отходит в сторону – «сушить обувь». Все дети должны перейти через ручей.

Правила:

Проигравшим считается тот, кто вступил ногой в ручеек.

Перебираться можно только по сигналу.

Варианты: Увеличить расстояние между шнурами, обходить предметы, перебираясь на другой берег. Прыгать на одной ноге.

Айболит. Молодцы, мои ребятки. А Вы знаете ребята, чтобы помочь больному мне приходится преодолевать очень трудные препятствия. Я хотел бы посмотреть сможете ли Вы помочь друг другу в трудную минуту.

Проводится игра-эстафета «Спаси больного!» (игрушку)

(дети прыгают из обруча в обруч, пролезают в тоннель, берут игрушку, обратно возвращаются бегом змейкой между кеглями.)

Ведущая. Ребята, как вы думаете, чтобы быть здоровым, что надо для этого делать?

(Ответы детей)

Айболит. Правильно, молодцы, для того чтобы быть здоровыми нужно есть витамины, а они больше всего есть во фруктах и овощах. А как вы хорошо знаете овощи и фрукты, сейчас мы проверим.

Проводится игра: «Разложи правильно»

Лежат карточки с фруктами и овощами, 1 команда выбирает овощи, другая – фрукты.

Айболит. Вот как здорово!!! Я убедился, в том, что вы дружные и умные, а самое главное – здоровые!

Спасибо за праздник и веселье! И вот вам от меня награждение (наклейки всем).

Ведущая.

Соревновались и играли дружно.

В соревновании победила дружба!

Айболит награждает детей наклейками. Дети благодарят доктора и выходят из зала.