

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому направлению развития детей №7 «Колосок» с.Благодатное Петровского городского округа Ставропольского края

**Праздник День здоровья  
«Путешествие по острову здоровья»  
для детей старших и подготовительных групп**

Подготовила:  
инструктор по физической  
культуре  
МКДОУ  
ДС №7 «Колосок»  
Черненко А.И.  
05.04.2019г.

с.Благодатное  
2019г.

## **Праздник в старшей, подготовительной группе День Здоровья!**

**Тема:** «Путешествие по острову здоровья».

**Цель:** Создать условия для обобщения элементарных знаний по здоровьесбережению детей, развития умения использовать эти знания для своего оздоровления. Закреплять культурно-гигиенические навыки у детей, приобщать детей к занятиям физкультурой и к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

- развивать двигательные навыки;
- развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;
- создать радостное эмоциональное настроение.

### **Ход праздника:**

Под музыку дети входят в зал. Строятся и приветствуют друг друга.

Инструктор: Здравствуйте, ребята, если мы здороваемся с кем-нибудь, что это значит?

Дети: Мы желаем ему здоровья!

Инструктор: А что такое здоровье?

Ответы детей

Инструктор: А кто скажет, что значит «быть здоровым?». (ответы детей) Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться, есть побольше витаминов и полезные продукты. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться.

Инструктор: Всем ребятам наш привет!

И такое слово:

Спорт любите с малых лет

Будете здоровы!

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать!

В мире нет рецепта лучше

Будь со спортом неразлучен,

Проживешь сто лет

Вот и весь секрет!

Приучай себя к порядку

Делай каждый день зарядку,

Смейся веселей,

Будешь здоровей.

Инструктор: Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник День Здоровья.

Улыбкой светлой,

Дружным парадом

День Здоровья начать нам надо.

Давайте все дружно крикнем

Дню Здоровью Ура! Ура! Ура!

Инструктор: Чтобы быть в хорошей форме и в отличном настроении давайте проведем маленькую разминку.

Инструктор: Все выходим, сделаем разминку.

### **Музыкальная разминка «Сказочная!»**

Инструктор: Ребята разминка позади, теперь можно переходить к основным заданиям. Вам понадобятся находчивость, смекалка и, конечно взаимовыручка.

### **Задание 1- «Викторина о полезных продуктах»**

Мы с вами уже говорили, что чтобы быть здоровым нужно не только спортом заниматься, но и правильно питаться и употреблять в пищу полезные продукты.

Сейчас я буду загадывать загадки, а вы внимательно слушайте и отгадывайте.

#### **Загадки**

Расту в земле на грядке я.

Оранжевая, длинная, сладкая. (Морковь)

Уродилась я на славу.

Голова белая, кудрявая.

Кто любит щи

Меня в них ищи. (Капуста)

Заставил плакать всех вокруг

Хоть он и не драчун, а ... (Лук)

Круглое румяное.

Я расту на ветке:

Любят меня взрослые

И маленькие детки. (Яблоко)

С виду он как рыжий мяч,

Только вот не мчится вскачь.

В нём полезный витамин —

Это спелый... (апельсин)

Из крупы ее сварили,

Посолили, подсластили.

Эй, ну где же ложка наша?!

Так вкусна на завтрак... (Каша)

### **2 Задание – «Гигиеническое»**

Инструктор: Ребята, а вы знаете, какие нужны предметы для того, чтобы ухаживать за своим внешним видом. (Ответы детей) Это мы сейчас проверим.

#### **1. Эстафета «Перенеси предметы гигиены»**

Сейчас выходят 12 детей старшей группы «Улыбка».

Дети делятся на команды. Напротив каждой команды у противоположной стены стоят столы, на которых находятся различные предметы (мыльницы, зубные щётки, расчёски, игрушки и т.д.) Детям необходимо по одному подбежать к своему столу, выбрать предмет гигиены и вернуться назад.

Побеждает та команда, которая быстрее и без ошибок справиться со своим заданием.

Инструктор: Молодцы ребята, вы очень хорошо, справились с этим заданием, и я убедилась в том, что вы все знаете правила гигиены.

## **2. Эстафета «Мы – ловкие»**

Выходят 6 детей старшей и 6 детей подготовительной группы «Теремок». Дети бежите до обруча, берете маленький мячик и бросаете в ведерко, и возвращаетесь обратно.

## **3. Эстафета «Кенгуру»**

Для этой эстафеты выходят 16 детей подготовительной группы «Ветерок» У каждой команды по мячу. Первый участник зажимает мяч между коленями и прыгает вперед до поворотной стойки. Затем с мячом в руках бегом возвращается и передает мяч следующему участнику.

Инструктор: Молодцы справились, с эстафетой.

## **4 Задание – «Интеллектуальное»**

Инструктор: Мы провели разминку для тела, а теперь предлагаю потренировать свой мозг и заняться интеллектуальной деятельностью.

Инструктор: В следующем конкурсе вам, ребята, нужно быть внимательными. Если правило верное и вы с ним согласны, вы будете хлопать, если правило неверное, сразу топайте. Начинаем конкурс!

- садиться за стол с невымытыми руками.
- есть быстро, торопливо.
- обязательно есть овощи и фрукты.
- после еды полоскать рот.
- за столом болтать, махать руками.
- тщательно пережевывать пищу.
- кушать только сладости.
- надо есть продукты, которые полезны для здоровья.
- перед едой надо всегда мыть руки.
- пищу нужно глотать не жуя.
- надо всегда облизывать тарелки после еды.
- когда кушаешь, надо обсыпать себя крошками.

Инструктор: Молодцы, справились.

## **5 Задание – «Танцевальное»**

Нам здесь некогда скучать

Пора танцульки начинать

В круг все вместе становитесь,

Дружно за руки беритесь.

(Проводится танцевальная разминка «Буги-вуги»)

Ведущий: На этом наш праздник подошел к концу.

Дружите со спортом и будьте здоровы!

Спорт ребятам очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт – помощник, спорт – здоровье,

Спорт – игра, крикнем мы – физкульт... ура!