

муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №21 «Мозаика»

**Сценарий праздника для детей 5-7 лет
"Мы здоровью скажем - да!"**

Разработала:
Инструктор по физ культуре
МДОУ д/с №21 «Мозаика»
Труханова И.С.

Цель: создать условия для привития здорового образа жизни родителям и детям.

Задачи:

1. Закрепить знание необходимых культурно-гигиенических навыков;
2. Расширять представления о пользе здорового питания и витаминов;
3. Создавать условия по формированию у дошкольников и их родителей ценностного отношения к своему здоровью.
4. Привлечь родителей к активному участию в жизни детского сада.
5. Укреплять детско-родительского отношения.

Предварительная работа с детьми: Просмотр компьютерной презентации «Где живет солнышко», заучивание стихотворений, аппликация из песка «Солнышко лучистое»; исследовательская деятельность «Солнечные зайчики», «Холодный-горячий»; беседа «Солнце воздух и вода»- наши лучшие друзья, рисование: «Моя семья, согретая солнцем», «Смотрит солнышко в окошко», рисование декоративное «Солнышко, нарядись!», Наблюдение за состоянием погоды, солнцем, влиянием солнца на растения, птиц и людей; П/и «Солнышко и дождик», «День-ночь» Чтение словацкой сказки «В гости к солнышку», К. Чуковский «Краденое солнце», Рисунки на асфальте мелками «Солнышко», чтение стихотворения А. Бродского «Солнечные зайчики»; Профилактическая гимнастика (, улучшение осанки, Беседа «Осторожно, солнце»; Профилактическая гимнастика (плоскостопия), Беседа «Солнышко и витамины», Профилактическая гимнастика (улучшения зрения), Русская народная сказка «Медведь и солнце; Беседа: «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит»; Опыт Воздух невидимка Общение «Целебные свойства воздуха»; Разучивание потешек при умывании Экспериментальная деятельность Вода-растворитель»; «Теплый-холодный»; Общение «Целебные свойства воды»; Аппликация «Солнце, воздух, и вода наши лучшие друзья»; Общение «Целебные свойства солнца»; Элементы закаливания: Игры с водой и песком; Н. Коростелев «Ласковое солнце», «Босиком», «Свежий ветер»; чтение валеологической сказки: «В стране ватных одеял»; Дидактическая игра «Путешествие воды»; Беседа «Витамины укрепляют организм»; Рассматривание альбома «Овощи и фрукты»; Изготовление книжек-малышек. «Витамины-Наши друзья»; фото-выставка с рассказами «Путешествие в страну здоровья»; Презентация для детей «Режим дня»; Зарядка для радости; Просмотр презентации «Наше настроение»; Д/И « Мешочки с настроением»

Материалы и оборудование: дидактические карточки из тематического словаря в картинках "Гигиена и здоровье", массажный коврик, таз, "Подсолнух" от душа, сухие махровые варежки, мусор, контейнеры разного цвета, пластмассовые бутылки, монета, глобус, лампа,

Ход мероприятия:

Ведущий: Здравствуйте, детишки, девчонки и мальчишки, а также их родители!!!

Ведущий: А ведь слово «здравствуйте» не только вежливое слово - приветствие, но и слово пожелание. Пожелания здоровья!

Ведущий: А задумывались ли вы когда-нибудь, почему в приветствии людей принято пожелание друг другу здоровья? Наверное, потому, что здоровье для человека – самая главная ценность.

Ведущий: Посмотрите, кто это к нам в гости пришел?

Появляется расстроенный мальчик – Грязнуля с мочалкой.

Ведущий: Здравствуй мальчик, чем это ты так расстроен?

Грязнуля:

Очень грязный я на вид,
Крокодил за мной бежит.
Хочет он меня отмыть,
Всех микробов удалить.
Без микробов мне нельзя,
Ведь они мои друзья !

Ведущий: Ребята, вы знаете, кто такие микробы?

- Где они живут?

- Очень любят грязь микробы

Избавиться от них попробуй.

Как нам надо поступить,

Чтоб сильным и здоровым быть?

- Оставайся с нами Грязнуля, и посмотришь, что ребята делают, чтоб оставаться здоровыми, сильными и смелыми, останешься ли ты дружить с микробами или встретишь новых друзей, выбор останется за тобой.

А я объявляю о начале спортивного праздника "Мы здоровью скажем - да!"

Ведущий: А мы встречаем громкими аплодисментами первую команду: "Ракеты"

А теперь эти бурные овации звучат для второй команды: "Самолеты"

Построение команд.

Вам команды наши,

Желаем от души,

Чтоб результаты ваши

Все были хороши!

Ведущий: Ребята, а как начинается у нас в группе каждое утро? Приглашайте своих мам и пап на веселую зарядку!

Выполнение зарядки детьми вместе с родителями.

Ведущий:

1. Конкурс "Витамины"

Каждый из нас хочет быть сильным, бодрым, энергичным: бегать, кататься на велосипеде, плавать, играть с ребятами во дворе. Поэтому каждый с детства должен помнить о своем здоровье. А чтобы быть здоровым, надо хорошо питаться! Какие продукты полными витаминами и необходимы для роста и здоровья нашего организма, вы должны выбрать из предложенных карточек.

2. Конкурс "Гигиена"

Ведущий: Ребята, а какие правила гигиены необходимо соблюдать?

Сейчас всем участникам команд я задам несколько вопросов. Вам нужно правильно ответить на них и найти среди разложенных на столе карточек картинку с ответом.

- Кто является разносчиком болезней? (Микробы)

- Назовите первого врага микробов?

- Если вы не будете мыть голову, кто может поселиться в ваших волосах? (вши)

- Что помогает бороться с микробами во рту? (Зубная паста и зубная щетка)

- Какого врача нужно посещать, чтобы зубы были здоровыми? (Стоматолога)

- Почему нельзя есть грязные фрукты и овощи? (Микробы попадут в организм)

- Почему нужно делать прививки? (Чтоб не заболеть)

- Что может случиться, если долго не засыпаешь и плохо спишь?

(Проснешься с плохим настроением)

3. Конкурс "Пылесосы"

4. Конкурс "Закаливание"

Есть такое выражение "Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья". Как вы думаете, почему именно они - лучшие друзья человека? (Люди дышат кислородом, который находится в воздухе, солнце дает нам свет и энергию, в воде можно плавать - это полезно)

Перед вами разложены предметы (массажные коврики, полотенце, махровая рукавичка и др.), ваша задача как можно больше назвать и показать закаливающих процедур.

5. Экспериментирование "Солнце, воздух и вода"

Ведущий: А сейчас занимайте свои места на скамейках, немного отдохнем, Грязнуля покажет интересные опыты и еще ближе познакомит с нашими верными друзьями.

Грязнуля: А вы задумывались, где **ночует Солнце**? Куда оно прячется ночью? *(Ответы детей)*

Чтобы узнать, какое из предположений верное, мы немного поэкспериментируем.

Для этого нам понадобится обычная настольная лампа – это **Солнце** и глобус – модель нашей планеты Земля. *(Рассмотреть глобус)*. Давайте найдем на глобусе место, где мы с вами живем, это материк Евразия, и поместим туда человечка. Планета Земля вращается вокруг своей оси. *(Моделируем соответствующую ситуацию)* За сутки она делает один оборот. Сторона, обращенная к Солнцу, получает дневной свет. В то время с другой стороны Земли - темная ночь.

А мы с вами вращаемся?

Да, но сами этого не замечаем. Во время вращения Земля проходит через **солнечные лучи**, а затем через тёмное пространство.

Наш «человечек» оказывается то на свету, то в темноте. На ту часть Земли, которую освещает **Солнце**, приходит день, а на противоположную – ночь. Так где же **ночует Солнце**? *(Ответы детей)*

Сегодня утром я подхожу к детскому саду, смотрю на калитку и не пойму, что происходит калитка то откроется, то закроется. Ребята как вы думаете кто ее открывал?

Дети: ветер.

Ведущий : А что такое ветер?

Дети:

Ведущий: Ветер-это движение **воздуха**. А как вы думаете что такое **воздух**?

Дети:

Ведущий: Правильно -это то, чем мы с вами дышим.

А сейчас я вам хочу показать настоящий Торнадо, Торнадо представляет собой вращающийся с огромной скоростью столб воздуха, что вы можете сейчас наблюдать(В пластиковую бутылку наливается вода 2/3, сверху с помощью скотча прикрепляется у основания горлышка вторая бутылка, круговым движением взбалтываешь бутылку и переворачиваешь водой кверху)

Какие последствия могут быть после такого сильного ветра?

Грязнуля: И последний мой фокус "Поднимающаяся вода"

1. Сгибаем спичку посередине.
2. Наливаем полстакана воды и подкрашиваем воду любым цветом.
3. Положите спичку в цент тарелки так, чтобы кончик с головкой смотрел вертикально вверх.
4. Положите на другой конец спички монету.
5. Перелейте подкрашенную воду из стакана в тарелку так, чтобы полностью покрыть монету.
6. Вода затягивается под стакан и поднимается вверх.)

(Показ глобуса)

Грязнуля: - На земле вода везде! Моря и океаны, реки, озёра окрашивают нашу планету в голубой цвет. Поэтому ее называют "Голубой планетой"

- Ребята, а нужно ли беречь воду?

- А сейчас представьте себе, что на планете вдруг не осталось ни одной капли воды!

- Что тогда произойдет? (ответы детей)

- Да, всё живое на Земле погибнет, планета останется без живых существ.

Ученые установили: человек без еды может прожить 3-4 недели, а без воды 3-4 дня, затем он погибнет.

- Ребята, а как мы с вами можем экономить воду? (ответы детей).

6. Сейчас объявляю следующий конкурс "**Пронеси воду**"

Ваша задача зачерпнуть стаканом воду из ведра и пронести в сосуд так, чтобы как можно меньше капель упало на пол.

7. Конкурс "**Сортируем мусор**"

Ведущий :Дорогие друзья, что может произойти, если каждый из нас будет оставлять мусор в природе, на земле или кидать в воду?

- Правильно, улицы становятся грязными, засоряется почва, растения и животные погибают. Но мусор можно переработать, из старых газет получается новая бумага, стеклянные бутылки можно отмыть и использовать еще раз, из алюминиевых банок можно изготовить новые алюминиевые банки.

Наша задача собрать как можно больше мусора и разложить по разным контейнерам,

Синий контейнер - бумага, зеленый - стекло, желтый - пластик. Кто больше и правильно соберет мусор, получает очко.

Ведущий: Ну вот и закончились наши соревнования! Дорогой Грязнуля, тебе понравилось у нас?

Грязнуля: Конечно, теперь я понял, что микробы не мои друзья, а враги, теперь я научился правилам гигиены и обязательно начну закаляться, чтобы не болеть.

А пока подсчитываются итоги соревнований, я ребят и их родителей приглашаю на веселый танец "Смайлики".

Подведение итогов, награждение.

Ведущий: Огромное спасибо дорогие родители и детишки за нашу встречу, надеюсь она была для вас полезной, интересной и познавательной, а мы с вами прощаемся, до новых встреч.