

Тема «День здоровья» Сценарий развлечения 1 младшей группы

Цель: Сохранение и укрепление физического здоровья детей, приобщение их к правилам безопасного поведения.

Задачи:

- Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх.
- Развивать умение отражать в игре культурного - гигиенические навыки, правила здоровьесберегающего и безопасного поведения при участии взрослого.
- Стимулировать эмоциональное содержательное общение ребенка со взрослыми.

Организационный момент

Дети входят в зал (звучит запись).

Здравствуй, солнце ясное!

Здравствуй, утро прекрасное!

Здравствуй, мир вокруг!

Здравствуй, добрый друг!

Мы крепко за руки возьмемся,

И друг другу улыбнемся!

От улыбки нашей солнышко проснется,

Солнышко проснется, детям улыбнется!

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

Что нужно делать, чтобы быть здоровым, крепким?

Дети: Нужно делать зарядку, принимать витамины, умываться, закаляться.

Ведущий: Правильно, ребята.

Вместе с солнышком проснись,

На зарядку становись,

Будем бегать и шагать

И здоровье укреплять.

Звучит марш: Ходьба, бег, общеразвивающие упражнения.

Упр. «**Покажи руки**» И. п. – стоя, ноги расставлены, руки опущены. Руки вперед, выпрямиться и сказать «Вот!». Вернуться в и. п., повт. 4 р.

Упр. «**Где колени?**» И. п. – стоя, стоя ноги расставлены, руки за спину.

Наклониться вперед, ладони положить на колени, смотреть на колени, сказать: «Вот!». Вернуться в и. п., повт. 4 р.

Упр. «**Спрячь голову**» И. п. стоя, ноги слегка расставлены, руки на пояс.

Присесть, обхватить руками колени, голову положить на ноги. Вернуться в и. п., повт. 4 р.

Упр. «**Прыгают ножки**» И. п. – стоя, руки произвольно. Подпрыгивание на месте. 8 – 10 подпрыгиваний на месте в чередовании с ходьбой. Повт 2 р.

Заключительная часть: **дыхательное упражнение «Вырасти большой»**

Встать прямо, ноги вместе, поднять руки вверх, хорошо подтянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох. Произнести: «У – у – ух!» повт. 3 р.

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 оттуда.

(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.

Игра малой подвижности «Зайка беленький сидит».

Дети свободно располагаются около воспитателя – они изображают зайцев (шапочки – маски).

Воспитатель произносит:

«Зайка беленький сидит
И ушами шевелит
Вот так, вот так
Он ушами шевелит
(шевелят над головой руками)

Зайке холодно сидеть,
Надо лапочки погреть
Хлоп – хлоп, хлоп – хлоп,
Надо лапочки погреть
(хлопки в ладоши)

Зайке холодно стоять
Надо зайке поскакать.

Скок-скок, скок – скок
Надо зайке поскакать
(прыжки на двух ногах)

Кто - то зайку испугал,
Зайка прыг и ускакал

Простуда: Я как подую на вас,
Как зачихаю сейчас,
Всех болезнью заражу
И микробами награжу.

Ведущая: От простой воды и мыла, у микробов нету силы. Ребята, покажем, как мы умеем мыть руки.

Дети: Закатаем рукава,

Открываем кран – вода.

Взяли в руки мыло,

Чтоб микробов смыло.

Моем пальцы и ладошки!

Воспитатель: Посмотрите, крошки,

На свои ладошки.

А у вас крошки?

Чистые ладошки!

Дети: Да

Ведущий: Мы зарядку делали;

Прыгали и бегали.

Стали мы умелыми,

Сильными и смелыми.

Вставайте детки, мы покажем «Простуде» какие мы умелые, сильные и смелые.

Пальчиковая игра «Пирожки»:

Раз, два, три, четыре,

Ловко тесто замесили.

Раскатали мы кружочки,

И слепили пирожочки.

Пирожки с начинкой,

Сладкою малинкой.

Из печи достали,

Угощать всех стали.

Простуда: Не хочу я пирожков! (топает ногами)

Не хочу я вас, дружков.

А хочу вас заразить,

И микробами наградить.

Будете в кроватках лежать

И лекарство принимать.

Ведущий: Чтоб здоровым, сильным быть,

Надо овощи любить.

И без исключения –

В этом нет сомнения.

Ведущий: а теперь посмотри, «Простуда», кто сильнее? Ты, или наши ребята?

Игра-упражнение «Кто ловкий?» (дети проходят по гимнастической скамейке, спрыгивают, затем пролазают в воротики).

Простуда: Ну и что, я тоже так умею. (Пробегает по доске, пытается пролезть в воротики, не получается).

Ведущий: Ребята, давайте прогоним простуду.

Ручками захлопаем, ножками затопаем.

Скажем вместе: раз, два, три,
Ты, простуда, уходи!!! («Простуда» убегает)

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 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.

Доктор Айболит: Зарядка всем полезна,

Зарядка всем нужна.

От лени и болезни

Спасает нас она!

И куда же делась эта «Простуда»?

Дети: Мы её прогнали.

Доктор Айболит: Вот молодцы!

От простуды и ангины

Помогают апельсины!

Ну, а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Ешь по - больше апельсинов,

Пей морковный вкусный сок,

И тогда ты точно будешь

Очень строен и высок.

Доктор Айболит: Вы, ребятки, молодцы! Вы простуду победили и здоровье
сберегли, потому что ели кашку, пили соки, гуляли на солнышке, делали
зарядку, занимались физкультурой. И за это Айболит вас витаминами
угостит. Подставляйте ладошки, получайте витаминку.

Я сегодня очень рад!

Посмотрел на вас – ребят.

Сильных, ловких, смелых.

Крепких, загорелых.

Всем вокруг я расскажу,

Как здорово у вас в саду!

Будьте всегда здоровы!