Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида «Аленький цветочек»

День здоровья
"Маша и Медведь у нас в гостях"

подготовил:
Горбова Ю.А.
инструктор по ФИЗО
I кв. категория

с. Перегребное

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас с вами День здоровья, мы будем играть в весёлые игры. Сначала мы с вами сделаем разминку.

«Звериная зарядка» на экране

Ведущий: Ах! Какие вы все молодцы, как хорошо показали все движения, потрудились на славу, а теперь можно и отдохнуть. Мы с вами сейчас посмотрим один мультфильм.

Фрагмент мультфильма «Будь Здоров» из серии «Маша и Медведь»
После просмотра мультфильма появляется Маша

Маша: Здравствуйте, детишки! Девчонки и мальчишки!

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:Мне очень плохо, я заболел, наверное у меня микробы... и гулять мне совсем не хочется.

Маша осматривает Мишку
Маша: А что такое микробы? Я не знаю... А у кого бы спросить что это такое?... Ребята, наш мишка заболел. Посмотрите — он лежит, у него температура, болит горло. Я зову его гулять вместе, а он не хочет. Как ему помочь?
Ответы детей

Мишка:А ты спроси у наших друзей Смешариков, они тебе подробно расскажут о микробах.

Мультик "Смешарики. Азбука здоровья - микробы"
Маша:Все, я теперь поняла все. Ребята, давай те поможем Мишке поскорей выздороветь.

На экране 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 Мишку.

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.

ПИ «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.

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. А Маша и Миша будут играть с нами конечно.

1.«Пройди по кочкам»

Две команды становятся друг за другом в колонну. На площадке раскладывается 2 обруча. Задача участников — добежать до поворотной стойки, перекладывая обручи и вернуться назад к линии старта.

2. «Прыжки на фитболах»

Дети и строятся в 2 колонны. Дети по очереди прыгаю на фитболах до стоек и обратно.

3. «Не урони подушку»

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

4. Загадки *(загадывают Маша и Миша)*

1.Деревянных 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.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)*

5. «Не урони»

Необходимо на ракетке пронести воланчик до стойки и обратно, не уронив его.

6. 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).

Ведущий: Молодцы, ребята! Мы с вами сегодня повеселились, поиграли, заодно повторили, что нужно делать, чтобы не болеть и быть здоровыми, крепкими, сильными, веселыми.

Маша и Миша благодарят детей за помощь и уходят

Мультфильм "Смешарики. Рояльные нагрузки"

Ведущий: Я с вами не прощаюсь, а говорю вам до свидания, до новых встреч! И будьте здоровы!