

Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования детей
«Центр дополнительного образования детей им. В. Волошиной» г. Кемерово

Путешествие в страну здоровья

сценарий воспитательного мероприятия
для детей 6 лет и их родителей



Разработчик:
Шахова Т.Н.,
педагог
дополнительного
образования

Тема. Путешествие в страну здоровья

Цель: Формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

1. Развивать физические способности у детей: скорость, быстрота, выносливость, ловкость.
2. Формировать умение ориентироваться в пространстве.
3. Воспитывать чувство коллективизма, ответственности, сплоченности.

Оборудование:

султанчики
две стеклянные банки
2 пластиковые кружки
2 разноса
2 ведра с водой
4 воздушных шарика
ворота
мячи 2-ух цветов по количеству игроков
корзинки
канат
скакалки (8-10 штук)
Карлсон (игрушка)
2 самоката

Ход праздника

Педагог.

- Здравствуйте, дорогие гости нашего праздника, посвященного Всемирному Дню Здоровья. Мы очень рады Вас видеть! Встречаем участников праздника.

Под весёлую музыку дети входят в зал, в руках по 2-а султанчика. Гости аплодируют, дети встают полукругом к зрителям.

Педагог.

- Здравствуйте, ребята! Мы сегодня собрались на спортивный праздник, посвященный Всемирному Дню Здоровья. Наша земля всегда была богата сильными и здоровыми людьми. И давайте мы тоже покажем себя, подтвердим известную поговорку: «В здоровом теле – здоровый дух». Сегодня мы посоревнуемся в силе и ловкости, скорости и выносливости.

Дети разбиваются на команды, выбирают себе название.



Педагог.

- У нас есть 2 команды, давайте их поприветствуем: Команда «Крепыши» (дети машут султанчиками, гости аплодируют) и команда «Здоровячки» (дети машут султанчиками, гости аплодируют). Давайте, выберем капитанов команд. А

оценивать наши соревнования будут наши уважаемые родители (*выбираются члены жюри из присутствующих родителей*). Ну, вот и все готовы! И спортсмены, и судьи, и болельщики! Давайте пожелаем спортсменам удачи, а победит сегодня тот, кто наряду с силой и ловкостью, покажет свою находчивость, смекалку и дружбу. В путь дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся!



Педагог.

Все собрались? Все здоровы?
 Бегать и играть готовы?
 Ну, тогда подтянись,
 Не зевай и не ленись,
 На разминку становись!

Разминка

Мы поставили пластинку
 И выходим на разминку.
 Начинаем бег на месте,
 Финиш метров через двести.
 Раз, два, раз, два,
 Закружилась голова.
 Хватит, хватит, прибежали,
 Потянулись, подышали.
 Вот мы руки развели, словно удивились.
 И друг другу до земли
 В пояс поклонились.
 Наклонились, выпрямились,
 Наклонились, выпрямились.
 Ниже, дети, не ленитесь –

Наклонитесь, улыбнитесь.
 Выдох – вдох, выдох – вдох,
 Надо нам присесть и встать
 И на месте поскакать.
 На носки, потом на пятки,
 Вот и кончилась зарядка!



Педагог.

- Ребята, очень хорошо мы размялись, начинаем наши соревнования. Но прежде отгадайте загадку:

Зимой падает,
 Весной журчит,
 Летом шумит,
 Осенью капает? *Вода*

- Для здоровья человека вода играет большую роль. А как вы думаете, зачем нам нужна вода? *Ответы детей.*

Наше первое состязание будет посвящено воде.

Конкурс «Кто больше наберет воды в сосуд?»

На одной стороне зала - команды, на другой стороне - два стола, на каждом столе - по стеклянной банке, кружке и ведру с водой. Задание командам: каждому члену команды по очереди добежать до стола, набрать кружкой воду из ведра и вылить её в банку. Побеждает та команда, которая быстрее и больше нальёт в банку воды.

Педагог.

-Предоставляется слово жюри!



Раздаётся стук в дверь.

Педагог.

- Ребята, кто-то к нам пришел! *Педагог подходит к двери, смотрит.*

Это почтальон пришел, нам письмо принёс. На конверте написано: «Ребятам «Школы радости». А от кого письмо, не указано. Но здесь кто-то нарисован на конверте. Посмотрите, ребята, кто это? *Мойдодыр.*

А вы знаете сказку про Мойдодыра? (*Да*)



- А кто написал эту сказку? *Корней Иванович Чуковский*

- Мойдодыр прислал нам план – карту для каждой команды. Это карты спортивного зала, на них отмечено место, где вы найдете сюрприз с советами от Мойдодыра. *Каждая команда по карте находит по 1 шарик.*



Педагог.

- А сейчас, ребята, лопните шарики и возьмите записки. Мы посмотрим, что в них написано. *Педагог читает советы Мойдодыра.*

1 совет. Умывайтесь по утрам, после сна, каждый день принимайте душ.

2 совет. Обязательно мойте руки перед едой, после игр, прогулки, туалета, общения с животными.

- Ребята, мы будем соблюдать советы от Мойдодыра? *Да*

Педагог.

- Ребята, а без чего мы еще не можем обойтись? Я дам вам подсказку.

«Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!»

А зачем нам воздух, и каким он должен быть? *Ответы детей.*

Наше следующее состязание будет посвящено воздуху, участвовать в нём будут капитаны команд.

Соревнование капитанов.

«Кто больше соберет предметов?»

В обруче лежат различные предметы. Ребенок должен подкинуть воздушный шарик, и пока он в воздухе, собрать в корзину как можно больше предметов. Шарик можно несколько раз подкидывать. Количество предметов одинаково у каждой команды. Побеждает та команда, капитан которой первым соберёт все предметы.



Педагог.

- Слово жюри (*жюри объявляет результаты*)!

- А сейчас для команд «Здоровячки» и «Крепыши» игра с воздушным шариком, которая называется «Кто быстрее передаст воздушный шарик своему товарищу».

Конкурс «Кто быстрее передаст воздушный шарик своему товарищу».

Обе команды делятся пополам и встанут в разные концы зала. По сигналу первый игрок ведет воздушный шарик через зал своему товарищу по команде, а сам садится на стульчик. Принявший шарик игрок ведёт его следующему участнику команды. И так до тех пор, пока все игроки не окажутся на стульчиках. Победит та команда, которая вперёд закончит игру.

Педагог.

- Слово жюри (*жюри объявляет результаты*)!

- Ребята, какое есть еще средство, которое помогает всем быть здоровыми?

- Правильно, это физические упражнения, их лучше выполнять на свежем воздухе или в хорошо проветренном помещении. Отгадайте, про какой вид спорта я загадаю загадку?

По пустому животу
Бьют меня - невмоготу,
Метко сыплют игроки,
Мне ногами тумачи.

(футбольный мяч)

- Футбол любимая игра мальчишек и даже многих девчонок, вы уже догадались, о чем мы будем петь песню? Ну, конечно про футбол!



Инсценировка песни «Футбол»

Педагог:

- Песню спели, а теперь, проведем следующее соревнование «Кто больше, забьет мячей в ворота, с разбега».

Конкурс «Кто больше, забьет мячей в ворота, с разбега».

Каждая команда друг за другом пинает мяч в ворота, выигрывает та команда, которая больше забьет мячей.

Педагог:

- Слово жюри!

- А сейчас посоревнуемся в силе? Приглашаются только мальчики.

Конкурс для мальчиков «Перетягивание каната»



Победили сильнейшие!

Педагог.

- Ребята, в спортивных играх и развлечениях нам помогает спортивный инвентарь. А какой спортивный инвентарь вы знаете? *(ответы детей)*. Чтобы прыгать на скакалках, надо быть ловким, правда, ребята? Давайте посмотрим, как девочки умеют ловко прыгать *(выбираются 5-7 девочек, они прыгают на скакалках)*. Вы догадались, какую песню мы сейчас будем исполнять?

Конечно же про скакалку *(дети исполняют песню)*.

Педагог:

- И наступил наш заключительный конкурс «Кто быстрее проедет на самокате».

- Ребята, вы слышали, какой-то стук или удар на балконе? Давайте посмотрим.

Педагог держит игрушку Карлсона и говорит от его имени.

Педагог:

- Здравствуйте, дети! Здравствуйте, взрослые! Я к вам так спешил, боялся опоздать, потому что у меня случилась беда. Во время полёта сломался пропеллер, и я упал прямо на балкон (*показывает пропеллер*). Но посмотрите на меня, я цел и невредим. И даже ни царапины и ни синяка. Потому что я умею падать. Свысока могу упасть, а руку и ногу ни за что не сломаю. Чтобы быть здоровым, надо уметь падать, вот! Хотите, я вас научу падать? (*Да!*) Кататься на самокатах – это опасно, можно упасть. Я покажу вам три вида падения: на бок, на спину и вперед, чтобы вы остались целыми и невредимыми.

- Когда падаешь на бок, надо постараться не упасть на руку, на плечо и тем более на голову, а вот так, на бок: убрать руку, подбородок прижать к груди и обязательно перекатится, чтоб не так было больно (*показ игрушкой*).



- Падая назад, примите удар на ягодицы, чуть ссутулясь, прижав подбородок к груди, и перекатитесь на спину.

- Падая вперед, упор на ладони, а потом на ноги и живот, голова поднята вверх.

- И еще, когда я падаю, я становлюсь упругим, как мячик! Давайте все вместе со мной поучимся падать! (*Все встают, и по команде Карлсона пробуют упасть на бок, на спину, вперед*). Ну, вот я научил вас падать, теперь вы можете и на самокатах не бояться кататься! А я посмотрю, как вы это ловко делаете!

Конкурс «Кто быстрее проедет на самокатах»

Заключительное слово жюри! Победители награждаются медалями.

Педагог.

Вот и узнали мы победителей,

Скажем спасибо жюри и зрителям.

Спортсменам – Новых побед!

И вам – наш...Спортивный Привет! (*дети*)

- Вот и закончился наш праздник, мы стали более сильными, ловкими, выносливыми, смелыми. Я желаю, чтобы День Здоровья у вас был каждый день: в семье, в школе, на улице. Растите здоровыми и крепкими!!



Список литературы:

1. А.П.Лаптев. Гигиена физкультурника. М.: Знамя, 1998.
2. Ю.Ф.Знаковский. Воспитываем детей здоровыми. М.: Просвещение, 1999.
3. В.А.Епифанов. Лечебная физическая культура. М.: Музыка, 1997.
4. М.А.Васильева. Руководство играми детей в дошкольных учреждениях. М.: Просвещение, 1996.