**«День здоровья и спорта»**

**Формирование культуры здорового образа жизни**
         Содействовать формированию культуры здорового образа жизни целесообразно именно в дошкольном возрасте, так как это является одним из условий сохранения и укрепления здоровья ребенка в будущем.
        Создавая условия для воспитания культуры здорового поведения у дошкольника я прививаю каждому ребенку здоровые жизненные  навыки и здоровые привычки в процессе игровой, двигательной, коммуникативной и других видов деятельности. Представляю для коллег наиболее интересные и нетрадиционные занятия с дошкольниками.

**Задачи:**Закрепить культурно-гигиенические знания и умения детей в игровой форме.
**Действующие лица:**ведущий, Пилюлькин
**Предварительная работа:**заучивание с детьми стихов, чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций.
         Дети входят в зал, строятся в две шеренги.
**Ведущий.**Здравствуйте ребята! Мы собрались веселиться и играть. Вы готовы к соревнованиям?
**Дети.**Да!
Дети читают стихи:

1. Кто мечтает не украдкой,

А готовится всерьез:
Занимается зарядкой,
Закаляется в мороз.

2.Кто с зарядкой дружит смело,

Кто с утра прогонит лень,
Будет сильным и умелым,
И веселым целый день?
**Ведущий.**Перед началом наших соревнований проведем разминку…
- все дышите, не дышите, все в порядке отдохните.
- вместе руки поднимите. Превосходно, опустите.
- наклонитесь, разомнитесь, встаньте прямо, улыбнитесь.
Превосходно выполнили разминку!
**В зал входит Пилюлькин**
**Пилюлькин.**Так-так, а что это у вас здесь происходит?
**Ведущий.**Спортивные соревнования, посвященные Дню здоровья!
**Пилюлькин.**Здоровья – это хорошо! А вы то все здоровы?
**Дети.**Здоровы!
**Пилюлькин.**Кто вам сказал, что вы здоровы? Только я, доктор Пилюлькин, могу сказать, что вы здоровы. А я этого пока не говорил. Для начала надо вас осмотреть (*обходит детей, заглядывает им в рот, слушает их*). Обращается к ведущему: Вы таблетки им давали?
**Ведущий.**Нет!
**Пилюлькин.**А может микстуру или касторку давали?
**Ведущий.**Нет!
**Ребенок.**Нам пилюли и микстуры
                   И в мороз, и холода
                   Заменяет физкультура
                   И холодная вода.
**Ребенок.**Не боимся мы простуды-
                   Нам ангина ни по чем,
                   Мы футбол и плавать любим,
                   Дружим с шайбой и мячом!

**Ведущий.**Ты Пилюлькин не волнуйся,
                   Лучше с нами тренируйся,
                   А пока садись в жюри,
                   Да на деток посмотри! *Пилюлькин садиться в жюри.*
**Ведущий.**Внимание! Внимание! Начинаем соревнования! Наши условия просты: играть честно и соблюдать правила!
**Ведущий.**Ребята, скажите, с чего должно начинаться утро здорового ребенка. *Если дети затрудняются ответить, дать подсказку:*
*Надо, надо умываться*
*По утрам и вечерам,*
*А не мытым трубочистам*
*Стыд и срам!*
**Конкурс N1**
какие предметы нужны для умывания(показываю картинки)

***Эстафета…………***

**Ведущий.**Чтоб здоровым оставаться нужно правильно питаться!
В следующем конкурсе вам ребята нужно быть внимательными, если еда полезная отвечать «Да», если не полезная еда отвечать «Нет».
**Конкурс N2 Игра «Да и Нет»**
*Каша – вкусная еда*
*Это нам полезно? (****Да)***
*Лук зеленый иногда*
*Нам полезен дети?****(Да)***
*В луже грязная вода*
*Нам полезна иногда?****(Нет)***
*Щи – отличная еда*
*Это нам полезно?****(Да)***
*Мухоморный суп всегда –*
*Это нам полезно?****(Нет)***
*Фрукты – просто красота!*
*Это нам полезно?****(Да)***
*Грязных ягод иногда*
*Съесть полезно, детки?****(Нет)***
*Овощей растет гряда.*
*Овощи полезны?****(Да)***
*Сок, компотик иногда*
*Нам полезны, дети?****(Да)***
*Съесть мешок большой конфет*
*Это вредно, дети?****(Да)***
*Лишь полезная еда*
*На столе у нас всегда!*
*А раз полезная еда –*
*Будем мы здоровы?****(Да)***

***Эстафета…………***

Выбегает Пилюлькин и обходит детей, смотрит горло, слушает
**Пилюлькин.**Ну, детишки, как здоровье? Сердце ровненько стучит? Голова, нога, животик, зуб случайно не болит?
**Дети.**Нет!

 **ведущий** раз у вас все в порядке, продолжим наши соревнования.

***Эстафета…………***
**Ведущий.**Вот мы умылись, съели полезный завтрак, сделали зарядку, и побегали, теперь я думаю настало время проверить много ли у нас набралось силы.
**Конкурс N3 «Перетягивание каната»**участвуют все дети.
**Ведущий.**Как вы весело играли, ловкость свою всем показали. А сейчас уважаемый доктор объявите результат соревнований.
**Пилюлькин.**Подождите, подождите! Можно я тоже проведу конкурс с детьми?
**Ведущий.**Конечно можно. Только, что это за конкурс?
**Пилюлькин.**Конкурс загадок. Я буду загадывать ребятам загадки про спорт и здоровье, а они отгадывать.
**Конкурс N4**
*Кинешь в речку – не тонет,*
*Бьешь о стену – не стонет,*
*Будешь об пол кидать,*
*Станет кверху подлетать.****(Мяч)***
*Зубаста, а не кусается.*
*Как она называется?****(Расческа)***
*Каждый вечер я иду*
*Рисовать круги по льду,*
*Только не карандашами*
*А блестящими…****(коньками)***
*Два березовых коня*
*По снегам несут меня.*
*Кони эти рыжи,*
*А зовут их…****(лыжи)***
*Ясным утром вдоль дороги*
*На траве блестит роса.*
*По дороге едут ноги*
*И бегут два колеса.*
*У загадки есть ответ,*
*Это мой…****(велосипед).***
**Пилюлькин.**Молодцы, все мои загадки отгадали. Теперь я, ребята, знаю, чтобы быть здоровым не надо пить таблетки и касторку. Нужно спортом заниматься, закаляться, и есть только полезную еду.
**Ведущий.**Вот и закончился наш праздник здоровья и спорта.

**Подготовила воспитатель Анпилова Н.А.**