**«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.**