**МКОУ «Синявинская средняя общеобразовательная школа»**

**(дошкольное отделение)**

**КОНСПЕКТ**

**Итогового мероприятия по проекту «Я хочу быть здоровым»**

**Тема: Спортивно-музыкальное развлечение**

 **«День Здоровья»**

**(для детей среднего дошкольного возраста)**

Выполнила

Воспитатель высшей категории

 Галимова С.Р.

 2022 год

**Цель:** формирование культуры здорового образа жизни и совершенствование двигательных навыков при помощи спортивно-музыкального развлечения.

**Задачи:**

**Оздоровительные:** способствовать укреплению здоровья детей при выполнении физических упражнений

**Образовательные:**

Закреплять двигательные умения и навыки, формировать представления о ЗОЖ

**Развивающие:**

Развивать интерес к спортивным играм и ЗОЖ

**Воспитательные:**

Воспитывать чувство товарищества и дружеские взаимоотношения.

**Оборудование:**

Картина с анимацией, флажки, конусы, музыка, кольца, мячи, обручи, вёдра, муляжи фруктов и овощей, халат белый, очки, стетоскоп, аптечка.

**Действующие лица:** Ведущий, Пилюлькин

**Ход развлечения:**

*Дети выходят на спортивную площадку под музыку, строятся в шеренгу.*

**Ведущий:**

- Здравствуйте, ребята!

На спортивную площадку

Приглашаю, дети, вас!

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас!

**Ведущий:**

Ребята, а вы готовы показать себя настоящими спортсменами? Показать какие вы ловкие, быстрые, выносливые?

**Дети:** -Да!

**Ведущий:**

- А вы знаете, что нужно делать, чтобы стать настоящими спортсменами? *(Ответы детей)*. Правильно нужно тренироваться, а еще быть очень собранными и внимательными.

**1 реб.:**

Чтоб расти и закаляться,

Надо спортом заниматься.

**2. реб**.

Крепла чтоб мускулатура,

Заниматься физкультурой!

**3. реб**.

Рано утром не ленись-

На зарядку становись!

**Стук в дверь*.***

*На спортивную площадку выходит Пилюлькин*.

**Пилюлькин:**

- Так-так, а что это у вас происходит?

**Ведущий:**

- У нас сегодня День Здоровья!

**Пилюлькин**:

- Здоровье – это хорошо! А вы-сами-то здоровы?

**Дети:** -Да!

**Пилюлькин**:

- Кто это вам сказал, что вы здоровы? Только я, Пилюлькин, могу определить, здоровы вы или нет. Для этого я должен вас осмотреть.

*Пилюлькин обходит детей, заглядывает им в рот, слушает их.*

**Пилюлькин**: - Вы таблетки им давали?

**Ведущий:**- Нет!

**Пилюлькин**: - А микстуру или касторку давали?

**Ведущий:** - Нет!

***Пилюлькин:*** - Не понял! В чём же тогда секрет здоровья ребят?

***Ребёнок:***

Нам пилюли и микстуру

И в мороз, и в холода

Заменяет физкультура

И холодная вода.

**Пилюлькин:** Ребята, чистота – это залог здоровья. А вот кто лучшие помощники чистоты – надо будет вам сказать, слушайте загадки.

Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится!
(Мыло)

Плещет теплая волна

В берега из чугуна:
Угадайте, вспомните,
Что за море в комнате?
(Ванна)

Резинка — Акулинка
Пошла гулять по спинке.
А пока она гуляла,
Спинка розовая стала.
Губка (Мочалка)

Костяная спинка,
Жесткая щетинка,
С мятной пастой дружит,
Нам усердно служит.
(Зубная щетка)

Хожу, брожу не по лесам,
А по усам, по волосам,
И зубы у меня длинней,
Чем у волков и мышей.
(Расческа)

Мойдодыру я, родня,
Отверни-ка ты меня,
И холодною водою
Живо я тебя умою.
(Водопроводный кран)

**Пилюлькин:** хорошо, загадки отгадали.

**Ведущий:** Внимание! Внимание! Начинаем соревнования!

1. **Эстафета «Попади в цель».**

*Дети делятся в две команды. Выстраиваются друг за другом перед кольцом. Далее дети по очереди бросают мяч в кольцо, стараясь попасть в него.*

1. **Эстафета «Быстрые ребята».**

*Обежать конус с флажком в руке (передать эстафету след.)*

***Пилюлькин:***

Хорошо, хорошо, а сейчас проверю на внимательность. Если еда полезная – отвечать «Да», если не полезная – «Нет».

**Игра «Да и нет»**

Каша – вкусная еда.

Это нам полезно? (Да)

Лук зелёный 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 растёт 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! (Да)

А раз полезная еда –

Будем мы здоровы? (Да)

**Ведущий:** Внимание! Внимание! Продолжим соревнования!

1. **Эстафета «Кто быстрее соберёт фрукты, овощи».**

*Ребёнок с ведром бежит до обруча, где лежат овощи, фрукты (одна команда берёт фрукты, а другая команда овощи) обратно бегом.*

1. **Эстафета «Весёлые кузнечики».**

*Прыжки из обруча в обруч, бегут обратно, передают эстафету и становятся в конец колонны.*

**Пилюлькин: -**А сейчас игра, вам понравится она.

***Дидактическая игра:*** «Что полезно, а что вредно для здоровья»

Отвечать «да» если согласны, «нет» если не согласны.

1. Чистить зубы по утрам и вечерам.

2. Кушать чипсы и пить газировку.

3. Мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета.

4. Гулять на свежем воздухе.

5. Гулять без шапки под дождем.

6. Объедаться конфетами, пирожными и мороженым.

7. Делать по утрам зарядку.

8. Закаляться.

9. Поздно ложиться спать.

10. Кушать овощи и фрукты.

**Ведущий:**

- Молодцы! Вы показали себя ловкими, быстрыми, дружными! Такими спортивными могут быть только здоровые дети.

*Пилюлькин обходит детей, опять смотрит горло, слушает*.

***Пилюлькин: -***Ну детишки, как здоровье? Сердце ровненько стучит? Голова, нога, животик, зуб случайно не болит?

**Дети:** -Нет!

**Пилюлькин:**

- Ну, удивили! Молодцы! Чтобы быть здоровым, не надо пить таблетки и касторку. Нужно спортом заниматься, закаляться и правильно питаться. Очень мне было с вами весело, но пора в дорогу! Пойду в гости к другим ребятам, посмотрю, ведут ли они здоровый образ жизни! А вам желаю не болеть, продолжать заниматься спортом, закаляться, чаще улыбаться и быть всегда в хорошем настроении! Тогда никакие болезни не будут вам страшны! До свидания! (*Уходит*)

**Ведущий:**Наш спортивный праздник подошел к концу.

Я желаю вам ребята быть здоровыми всегда.

Гуляйте на воздухе, не ешьте перед сном.

А летом спите с распахнутым окном.

Дружите с водою, купайтесь, обтирайтесь.

Зимой и летом физкультурой занимайтесь!

Ведь быть здоровым – это так здорово!!!

Чтобы вырасти здоровым, энергичным и толковым,

Чтоб прогнать усталость, лень, ешьте витамины каждый день!

*Ведущий хвалит детей. Под веселую музыку дети уходят со спортивной площадки.*