

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребенка – «Детский сад № 226»

**День здоровья**

**«В поисках**

**королевы Здоровья!»**

# Программное содержание:

- Формировать навыки здорового образа жизни. Упражнять детей перепрыгивать с кочки на кочку;
- Закрепить умение держать равновесие при ходьбе по коррекционным дорожкам;
- Совершенствовать умение ходить по узкой рейке гимнастической скамейки.
- В преодолении препятствий развивать быстроту, ловкость, выносливость, сообразительность, смекалку;
- Оздоровлять детский организм с помощью дыхательной и зрительной гимнастики.
- Укреплять свод стопы упражнениями для профилактики плоскостопия. Побуждать детей к самовыражению, развивать дружеские взаимоотношения.



## ***ОБОРУДОВАНИЕ:***

- Костюмы Королевы Здоровья, Вируса, почтальона; музыкальное сопровождение – ритмическая мелодия, карты-схемы с планом маршрутов, дорожки для преодоления препятствий, корзины с угощениями, витамины.



# Ход развлечения:

- Стук в дверь, заходит почтальон подает телеграмму:

*Здравствуйте дорогие друзья!*

Я, Королева Здоровья, со мной приключилась беда, злой Вирус заточил меня в ледяную пещеру. Если я останусь в плену, может приключиться страшная беда – все люди на планете Земля заболеют. Только вы сможете спасти планету, освободив меня от злого Вируса.

А для этого вам нужно.....

Королева Здоровья.



# *Почтальон разносит телеграммы!*



**Воспитатель:** Ой, дети, что же для этого нам нужно? Смотрите тут какой – то сверток.  
(Разворачивает сверток и показывает детям) Что это?

**Дети:** карта!

**Воспитатель:** Действительно карта, давайте внимательно изучим, что же нам нужно сделать?  
Здесь какие – то стрелочки, лестница, что то написано, дети может кто то умеет читать?

**Дети:** Нужно из группы спуститься по лестнице в спортивный зал.



**Инструктор:** Здравствуйте дети! Представляете со мной сегодня случилось, что то странное, прихожу на работу как обычно, а на двери спортивного зала замок висит, и много-много ключей, и я не знаю что нужно сделать, вы мне поможете? А потом я попробую помочь вам, вы же не просто так ко мне пришли.

(Дети подбирают нужный ключ к замку по геометрическому рисунку с помощью наложения ключа к замку)

Находят нужный ключ, открываем спортивный зал. Дети рассказывают о своей беде.



**Инструктор:** Скажите мне, зачем вы приходите каждое утро в спорт. зал?

**Дети:** Делать зарядку.

**Инструктор:** А для чего?

**Дети:** Что бы быть здоровыми!

**Инструктор:** А сегодня вы делали зарядку?

**Дети:** Нет!

**Инструктор:** Тогда я приглашаю вас на зарядку, может, чтонибудь и прояснится.  
Зарядка (Делайте, делайте, делайте, зарядку будете в порядке)



**Инструктор:** Ни чего не происходит, ой, посмотрите, что это?  
(достаёт сверток, разворачивает)  
**Дети:** Карта.



**Инструктор:** Посмотрите внимательно, куда нам нужно идти.  
А пройти нам нужно из спортивного зала по коридору с преодолением  
препятствий. ( разложены дорожки: ребристая доска, кочки разных  
размеров, бревно, массажная дорожка). Карта нас приведет на кухню,  
давайте узнаем зачем?



**Повар:** Здравствуйте дети! Зачем пожаловали к нам на кухню?

**Дети:** Нас привела сюда карта (показывают)

**Повар:** Странно! Может быть, что тот случилось?

**Дети:** Мы ищем Королеву Здоровья!

**Воспитатель:** Дети, скажите, как кухня может быть связана со здоровьем?

**Дети:** Нас кормят полезной пищей.

**Повар:** Действительно, мы готовим для вас вкусную, полезную пищу, соблюдая все требования растущего организма, а еще вы получаете витамины, кто знает какие?

**Дети:** Соки, фрукты, овощи.

**Повар:** Молодцы! За это я вам дам сверток, не знаю, может быть он как то вам поможет в поисках. Удачи вам!

**Дети:** Спасибо! Это карта! Она показывает, что нам нужно пройти маршрут от кухни до медицинского кабинета.



**Мед. сестра:** Здравствуйте дети! Что привело вас в мой кабинет?

**Дети:** Мы пришли по карте (показывают). Мы ищем Королеву Здоровья!

**Мед. сестра:** Для чего нужен медицинский кабинет в детском саду?  
(дети отвечают, мед сестра проводит экскурсию по кабинету, изолятору, прививочному кабинету). Что нужно делать, что бы быть здоровыми?

**Дети:** Закаляться, делать зарядку, правильно и полезно питаться, вовремя ставить прививки, мыть руки, кушать чистые овощи, фрукты.

**Мед. сестра:** Молодцы! А я вам даю витаминки (дети получают витамины Ревит)

Ах, да! Чуть не забыла, у меня лежит какой-то сверток, я не знаю. Что с ним делать, может вам он пригодится. (отдает детям карту)



**Дети:** Карта показывает, что нам нужно дойти до музыкального зала. Вперед!  
(заходят в муз. зал встречает муз. работник)

**Муз. работник:** Здравствуйте дети! Проходите, я знаю, что вы кого-то ищите.

**Дети:** Мы ищем Королеву Здоровья!

**Муз. работник:** Как музыка влияет на здоровье?

**Дети:** Развивает голосовые связки, дыхание..

**Муз. работник:** А еще музыка бывает разная, веселая, танцевальная, успокаивающая, я предлагаю вам немного зарядиться и потанцевать.

(музыкальная разминка, отдает детям карту)



По карте дети идут к спорт.залу, встречает инструктор.

**Инструктор:** Дети, а вы зачем опять пришли к спортивному залу?

**Дети:** Нас привела карта!

**Инструктор:** Странно! Ну, давайте посмотрим, может быть, что то изменилось!

(В зале темно, играет музыка, у входа положены две туннели, дети проползают через них в зал, выстраиваются по группам)

В зале сугроб, над ним колдует «Вирус»



**Инструктор:** Дети, кто это?

**Дети:** Вирус!

**Инструктор:** Он наверное заразил нашу Королеву?

**Вирус:** А! Вы все таки нашли меня, и что даже никто не заболел?

**Дети:** Нет! Отдай нам нашу Королеву Здоровья!

**Вирус:** Вы сможете ее получить в том случае, если отгадаете мои загадки, а загадки мои очень сложные, готовы?



# *Вирус загадывает загадки.*



Дети  
отгадывают  
все загадки,  
Вирус падает  
и сбивает  
сугроб.





- **Королева Здоровья:** Здравствуйте дети! Какие вы молодцы, что не испугались трудностей и злого Вируса, и помогли мне освободиться. Расскажите, что пришлось вам преодолеть, через какие трудности пришлось пройти, и где вы побывали для того, что бы меня освободить от злых чар Вируса?
- Дети рассказывают прохождения препятствий.
- **Королева Здоровья:** Какие вы молодцы! Вы теперь все знаете о здоровье, и что нужно делать, что бы быть здоровыми, и в знак благодарности примите от меня витамины самые вкусные и полезные в осеннее время года. (раздает яблоки) А мне пора прощаться с вами, мне нужно дарить здоровье больным, до свиданья!

***Мы за здоровый образ жизни!!!***



# ***День здоровья подготовили:***

Инструктор по физической культуре : ***Шулепова Е.Ю.***

Вирус: ***Комарова Л.Ю.***

Королева Здоровья: ***Шуберт О.Ю.***

А так же дети и воспитатели групп: ***«Непоседы»***

***«Колокольчики»***

***«Росточки»***

В роли почтальона: ***Карюкин Коля, группа «Солнышко»***

***Спасибо за внимание!!!***

