

# ***ДЕНЬ ЗДОРОВЬЕ***

(приурочено ко дню Защитника Отечества для старшего дошкольного возраста)

## ***Цель:***

- сплотить детский коллектив, коллектив родителей и педагогов;
- в совместной деятельности привить любовь к активному отдыху, здоровому образу жизни.

## ***Задачи:***

- Способствовать психологическому сближению детей и родителей, развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи.
- Активизировать двигательную активность детей посредством участия в играх и эстафетах.
- Формировать у детей любовь к Родине, стремление быть ее защитниками.

Время проведения: **зима**

Дата проведения: **17.02.2019г.**

Место проведения: база «Снежинка».

Длительность: 12.00 – 14.00 (2 часа).

Контингент: старший возраст детей, родители, педагоги.

## ***Штаб по проведению дня здоровья:***

- зав. По УВР Воликова С.С.
- инструктор по физической культуре Г.А. Морозова;
- воспитатели старших групп «А», «В», «З», «М»
- родители.

## ***Творческая группа по разработке дня здоровья (сценария):***

- инструктор по физической культуре Г.А. Морозова;
- педагоги и родители, участвующие в сценарии.

## ***Предварительная работа:***

***Словарь:*** Защитники, российская армия, привал, тревога.

- обсуждение сценария праздника; подбор реквизита
- подготовка спортивного инвентаря.
- Как надо вести себя в лесу и почему?
- какую одежду одеть;
- какие предметы взять и почему?

## ***План проведения дня здоровья:***

- 1.Сбор всех участников на базе «Снежинка» в 12.00
- 2.Приветствие всех участников.
- 3.Игры, эстафеты по сценарию.
- 4.Свободная деятельность детей и родителей (привал, отдых).

Ход мероприятия.

**Ведущий:** Здравствуйте ребята! Здравствуйте уважаемые родители! Сегодня мы собрались здесь не случайно. Совсем скоро, 23 февраля, наша страна будет отмечать День защитника Отечества. Этот праздник посвящен мужчинам, защищающим нашу Родину, тем кто служил или служит в Армии. Вот и сегодня в честь этого праздника мы с вами проведем спортивные эстафеты.

Учитывая то, что в армии служат женщины, мы приглашаем в свои ряды и девочек. Надеемся, что они, как и мальчики, продемонстрируют свою физическую подготовку.

**Ведущий.** Как известно, обычный день солдата в армии начинается с подъема.

### ***Первый конкурс «Подъем»***

По сигналу «Подъем!» командир просыпается первым, бежит до флажка, оббегает его и возвращается в команду, пытается разбудить солдата (берет его за руку), они вдвоем бегут до флажка и обратно, будят второго солдата (берут его за руку) и т.д., пока вся команда, взявшись за руки, не добежит до флажка и не вернется на свое место.

С этим заданием вы все справились на отлично!

Сейчас солдату необходимо одеться. И сделать это нужно за 45 секунд. А вот за какое время управятся наши молодые бойцы, и бойцы отслужившие в армии мы сейчас узнаем.

### ***Следующий конкурс «Военная форма солдата»***

Участвуют 5 команд по 4 человека (папы). В ходе эстафеты папы одевают одного «солдата» мальчика. Участники поочередно приносят ему плащ-палатку, пилотку, вещмешок, автомат.

Что ж, наши бойцы уже готовы. Мы приглашаем их на утреннюю зарядку. *(Под музыку «Эй, лежебоки» или «Мы пойдем сначала вправо.....»)*.

Сейчас по строгому солдатскому расписанию пришло время завтрака. Я надеюсь вы все дома по завтракали, но а обед ждет вас впереди.

После завтрака, как обычно, у солдат учебная и строевая подготовка. Вот сейчас мы этим и займемся.

### ***«Строевая подготовка»***

По команде. Дети и взрослые быстро должны построиться по росту напротив друг друга.

Мышцы крепкие нужны,

Руки сильные важны!

В строй скорее становитесь,

Крепче за канат держитесь.

***Игра «Перетягивание каната».*** Проводится игра. Победителем становится команда, перетянувшая канат на свою сторону.

***Разведчики*** – это важная профессия в армии. Ведь именно они добывают ценные сведения, помогающие командирам правильно спланировать военные действия, продумать ход боя, перехитрить врага и сохранить жизнь своим товарищам.

***Эстафета «Бесшумные разведчики» или «След в след».***

Папы выстраиваются в одну шеренгу. Дети встают им на ноги и обхватывают их за талию. По сигналу папы двигаются до флажка, берут конверт и таким же способом возвращаются в штаб с донесением.

Объявляю благодарность всем бойцам. Молодцы!

*А сейчас проведем мы состязанья, но здесь нужна быстрота, ловкость и спортивная закалка.*

### ***Игра «Пограничники и нарушители».***

Пограничниками у нас будут папы, нарушителями дети. Ребятам за спиной закрепляют ленточку. Пограничники выстраиваются в одну шеренгу спиной к детям (нарушителям) на расстоянии в метрах трех – пяти от границы. По сигналу нарушители начинают движение к границе. По второму сигналу разведчики поворачиваются и начинают догонять нарушителей. Игра повторяется 2 – 3 раза.

Молодцы! Проявили сноровку и бдительность. Мирные жители могут быть спокойны: враг не пройдет!

А мы продолжаем наше состязание **«Меткие стрелки»**

Пять – шесть команд детей у каждого в руке по «гранате» снежку. В 2-3 метрах от них папы держат обручи. По сигналу дети начинают бросать гранату в цель.

Папы подсчитывают «гранаты» попавшие в цель.

Благодарю бойцов за меткость.

А сейчас будем тренировать внимание. В этом нам помогут флажки, что делать подскажут они.

***Синий – хлопать,***

***Зеленый – топать,***

***Желтый – молчать,***

***Красный – «Ура!» - громко кричать.***

Наша строевая подготовка и учения закончились.

Я надеюсь, что эти мальчики и девочки — достойная смена старшему поколению. Еще раз поздравляю всех с сегодняшним праздником.

***Ребенок.*** Я скажу вам без по секрету:

Дома папа высший класс!

Всю неделю с нетерпением

Жду субботы, воскресенья.

Вот наступает воскресенье -

И с папой мы идем гулять.

Как это здорово ребята,

С папой рядышком шагать.

(Родителям раздаются листочки с песней «Верные друзья». Они все вместе поют, дети танцуют танец).

А сейчас привал, горячий чай.....

