Дошкольное структурное подразделение МБОУ «СОШ №2 имени С.И. Подгайнова г. Калининск Саратовской области» -

Детский сад «Почемучка»

**Сценарий**

**физкультурного досуга для детей подготовительной группы.**

**День здоровья.**
**«Где ты прячешься, здоровье?»**

**Подготовили воспитатели:**

**Литвин С.Ф.**

**Сестренская И.Ф.**

**2017 г.Сценарий физкультурного досуга для детей подготовительной группы по формированию здорового образа жизни**
**«Где ты прячешься, здоровье?»**

**07.04.17 год**

**Цель:**формирование знаний о здоровом образе жизни.

**Задачи:**охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей,

развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни,

развивать мышление, умозаключение, речь, память, внимание.

**Ход развлечения**

**Воспитатель:** «Здравствуй», — люди говорят. Это слово просто клад!

Здравствуй, значит — будь здоров! И не нужно больше слов.

Если здравствуй, ты сказал, ты здоровья пожелал.

Здравствуйте, ребята. ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ.

**Воспитатель:** А если вы ещё и улыбнётесь друг другу, значит, весь день у вас будет хорошее настроение, а хорошее настроение это здоровье. Поздоровайтесь ещё раз и улыбнитесь!

**«Весёлая зарядка»** (под музыку).

**Воспитатель:** Здоровье надо укреплять, его всегда оберегать,

заботиться о нём всегда. Болеть не будешь никогда!

Давайте все вместе подумаем. Как нужно укреплять здоровье.

ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ.)

**Воспитатель:**  Назовите, какие предметы вам необходимы для личной гигиены. Я загадаю загадки, а вы отгадайте.

1.Трудно его в руках удержать, намочу — начинает из рук ускользать.

Много пены от него, грязь уходит с рук легко.

2.В руки я её беру и по волосам веду.

Волосы лежат рядками под острыми её зубами.

3.Чистить зубы помогает. На щетинке паста тает.

Ею чистить каждый день зубы нам совсем не лень.

4.Рёву и грязнулю им сейчас утру я.

Если насморк приключится, тоже очень пригодится.

5.В ванне вымылся и вот — оно тебя давно уж ждёт.

Вытрешься и ты — сухой, а оно намокло, ой,!

**Воспитатель:** Ребята, ответьте на вопрос, без чего человек не сможет жить? РАССУЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ.

**Воспитатель:** Может человек без еды пять недель прожить,

Может человек без воды пять дней прожить.

А без этого нельзя пять минут прожить, друзья! РАССУЖДЕНИЯ И ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ.

**Воспитатель:** Каким воздухом нужно дышать, чтобы быть здоровым? ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ,

**Воспитатель:** Давайте и мы сейчас подышим. У нас здесь проветрено, воздух свежий.

**ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА.**

Носом глубоко вдыхайте, руки к верху поднимайте.

Рот открой и выдыхай — руки плавно отпускай!

Снова рот закрой, вдохни, пусть вдыхают две ноздри.

А теперь выдыхай, рот тихонько открывай.

Часто — часто подышали, будто мы сейчас бежали,

А теперь всё реже, реже, чувствуете, воздух свежий?

Медленнее дышим, стой! Своё дыханье успокой!

**Воспитатель:** Чтоб здоровым быть всегда нужна полезная еда!

Чтоб не трогала болезнь, чесночёк ты должен есть.

Хлеба корочку возьмёшь чесночком её натрёшь.

И увидишь там и тут, как микробы побегут!

**Ведущий:**

Сегодня мы отмечаем «Всемирный день здоровья». А еще совсем скоро 12 апреля - День космонавтики. Много лет назад в космос поднялся первый космонавт Юрий Алексеевич Гагарин.

 Любой человек - должен знать, что такое космос.  Слово «космос» пришло к нам от древних греков. У них это слово обозначало «мир». Космос – то же самое, что и Вселенная. Это пространство, которое мы видим вокруг нашей Земли, со всеми находящимися в нем небесными телами. Стройная система планет, которая вращается вокруг Солнца, хвостатые кометы, метеориты — все это космос.Почти 100 лет назад в городе Калуга жил простой учитель Константин Эдуардович Циолковский. Он очень любил наблюдать в телескоп за звёздами и изучал их. Он задумал сконструировать такой летательный аппарат, который смог бы долететь до какой-нибудь планеты. Циолковский проводил расчёты, делал чертежи и придумал такой летательный аппарат.  К сожалению, у него не было возможности его построить. Но он рассказал об этом в своих научных книгах.

**Ведущий:**Через много лет после опытов Циолковского русские учёные под руководством конструктора **Сергея Павловича Королёва** изготовили первый космический спутник. Они установили на нём специальные приборы и запустили в космическое пространство. Полёт прошёл успешно.

**ИСЗ запущен в СССР 4 октября 1957 года (Спутник-1)**

Тогда учёные решили повторить полёт, но уже с живыми существами на борту – это были две собаки- лайки: Белка и Стрелка. Они тоже благополучно вернулись на Землю. И учёные решили осуществить свою самую заветную мечту- послать в космос человека!

**Ведущий:**12 апреля 1961 года эта мечта сбылась. Впервые в мире космонавт Юрий Алексеевич Гагарин успешно облетел вокруг Земли на корабле «Восток». Это было очень важным и радостным событием не только для нашей страны, но и для всего мира. Все люди планеты восторженно приветствовали первого космонавта**.**

**Ведущий:**Да-да, именно Юрий Гагарин провел орбите нашей планеты целых 108 минут – это почти 2 часа! Так появилась профессия космонавт и каждый год 12 апреля отмечается Всемирный день авиации и космонавтики.

В детстве многие мечтали

В звёздный космос полететь,

Чтоб из этой звёздной дали

Нашу землю осмотреть.

Повидать её просторы,

Реки, горы и поля,

Глянуть в умные приборы,

Доказать – живу не зря.

**Ведущий:** Дети, вы любите смотреть на небо ночью?(*Ответы детей)*

А что можно  ночью увидеть на небе? Вы можете сосчитать, сколько на небе звёзд? Да, их несчётное количество. Они кажутся маленькими сверкающими точками, потому, что находятся далеко от земли. На самом деле звёзды очень большие.

У многих есть свои названия: Полярная звезда, Сириус, Вега ит.д.

Большие звёзды соединяются в созвездия, у которых тоже есть свои имена: Большая и малая Медведицы, Овен, Телец, Близнецы, Рак, Лев, Дева, Весы, Скорпион, Стрелец, Козерог, Водолей, Рыбы.

Космос всегда интересовал человека. Ведь это так важно – знать, есть ли жизнь где- нибудь ещё? Вы видели звёзды – они жёлтые, белые и голубые. Звёзды представляют собой шары из раскалённого газа, как и Солнце.

Красные звёзды   холодные. Жёлтые звёзды – горячие, они похожи на Солнце. Белые звёзды ещё горячей. Самые горячие – голубые звёзды.

**Млечный Путь**

Чёрный бархат неба

 Звёздами расшит.

Светлая дорожка

 По небу бежит.

От края и до края

 Стелется легко,

Как будто кто-то пролил

 По небу молоко.

Но нет, конечно, в небе

 Ни молока, ни соку,

Мы звёздную систему

Свою так видим сбоку.

Так видим мы Галактики

 Родной далёкий свет -

Простор для космонавтики

 На много тысяч лет.

**Ведущий.** Да! Какие яркие на небе звезды! Как их много! А давайте соберём маме звездный букет.

**Проводится игра «Кто больше соберет звезд»**

*В игре участвуют 3-4 ребенка. На потолке на веревочках висят звезды, дети подпрыгивают и срывают их. Побеждает участник, сорвавший наибольшее количество звездочек.*

**Ведущий:**А вы, ребята, хотели бы стать космонавтами?

Как вы думаете, каким должен быть космонавт?

**Дети:** Здоровым, сильным, образованным, умным, трудолюбивым, мужественным, выносливым, упорным, смелым.

Ребята, а вы хотите в космос полететь? Тогда я вас приглашаю в путешествие в космос. А полетим мы туда за здоровьем. Давайте узнаем, где же оно прячется. А на чем же мы туда полетим?

**Исполняется песня «Марш юных космонавтов»**

**Ведущий:** А теперь я приглашаю всех ребят на разминку.

**Физкультминутка:**

Начинаем тренировку

Чтобы сильным стать и ловким

Мы отправимся на марс.

Звезды в гости ждите нас!

Три, два, один-летим!

В невесомости плывем

Мы под самым потолком.

К марсу путь был очень длинным.

Стоп, выходим из кабины.

Мы с полета возвратились,

И на землю опустились.

Все справились?

**Дети:** да, все!

**Проводятся космические игры**

**«Ракетодром»**

*На полу разложено несколько обручей- ракет, количество  обручей-ракет, меньше, чем число играющих*

*(В игре участвуют любое число дошкольников).*

**Дети**(*идут по кругу*):

Ждут нас быстрые ракеты

Для полёта на планеты.

На какую захотим,

На такую полетим.

Но в игре один секрет:

Опоздавшим, места нет!

*Звучит музыка на космическую тему.*

*Пока звучит музыка, дети  двигаются вокруг ракет-обручей, стараясь занять себе место, как только музыка перестаёт звучать, дети встают каждый в свободный в ракету-обруч. Тем, кому ракета не досталась, выбывают из игры.*

*Затем ведущий убирает несколько обручей, и игра повторяется. Тот, кто не успел встать в обруч, выбывает. Игра заканчивается, когда останется один игрок и один обруч.*

**Проводится игра «Перевези пассажира на ракете».**

*Игра проводится в виде эстафеты.*

*Число команд может быть разное 2,3.*

***Условие:****нужно перевезти пассажиров на дальнюю планету. Перевозят пассажиров в обруче — бег в паре.  Каждая пара игроков добегает до конуса и возвращается обратно. Выигрывает та команда, которая быстрее всех перевезла пассажиров.*

**Эстафета «Воздушный шарик»**

*Дети строятся в две колонны.  Задача игроков передавать воздушный шарик вверху над головами в конец колонны. Выигрывает та команда, которая справится с заданием.*

**Ведущий:** Молодцы, силы вы себе прибавили. Но, ребята, космонавт должен быть не только сильным и здоровым. Чтобы уметь управлять таким большим комическим кораблем космонавт должен быть образованным, умным и сообразительным. Сейчас я проверю, насколько вы сообразительны. Я вам буду загадывать загадки, а вы постараетесь их отгадать.

1. На корабле воздушном,

Космическом послушном.

Мы, обгоняя ветер

Несемся на ….(*ракете)*

2.Самый первый в космосе

Летел с огромной скоростью

Отважный, русский парень

Наш Космонавт…. *(Гагарин)*

3.Планета голубая

Любимая, родная.

Она твоя, она моя.

И называется….(*Земля)*

4.Ночью по небу гуляю,

Тускло землю освещаю.

Скучно, скучно мне одной,

А зовут меня …. (*Луной)*

**Ведущий:** Молодцы ребята! Вы очень сообразительные, и каждый из вас может в будущем стать великим космонавтом.

**Заключение:**

Так какой же праздник вся страна празднует в апреле? А какого числа? А что вам понравилось? А что вы запомнили?

**Блиц-викторина**

1.Назовите первого космонавта Земли *(Юрий Алексеевич Гагарин).*

2.Как называется транспорт, который доставляет людей и технику в космос (*Космическая ракета)*

3. Как называется астрономический прибор для изучения небесных тел и светил (*Телескоп)*

4. Как называется место запуска космических ракет (*космодром)*

5. Как звали собак, которые летали в космос (*Лайка, Белка и Стрелка)*

6. Какая звезда даёт нам тепло(Солнце)

7.Сколько планет солнечной системы вы знаете (Девять)

8.Какой праздник отмечают в нашей стране 12 апреля (*День космонавтики)*