**Аннотация к мероприятию**

**Цель:** приобщение детей к здоровому образу жизни и укрепления здоровья воспитанников.

Основы здорового образа жизни должны закладываться с раннего детства. Спорт и здоровый образ жизни неразрывно связаны друг с другом. Надо научить детей ценить, укреплять и беречь свое здоровье. Наше мероприятие рассчитано на детей старшего дошкольного возраста. Встречаются 2 команды и вместе доктором Айболитом проходят разные задания, которые оценивает жюри. В конце мероприятия предлагаем родителям сделать коллаж «Мой ребенок спортсмен»

**Совместное спортивное мероприятие детей и родителей**

**«Здоровым быть –здорово»**

**Автор:**

**Шемелина Ирина Владимировна**

**воспитатель МБДОУ «Детский сад № 26 «Журавущка»**

**Криворучко Валентина Федоровна**

**воспитатель МБДОУ «Детский сад № 26 «Журавущка»**

**г. Междуреченск, 2022 г.**

**Конспект совместного спортивного мероприятия детей и родителей «Здоровым быть здорово!»**

**Цель:** приобщение детей к здоровому образу жизни и укрепления здоровья воспитанников.

**Задачи:**

Сформировать привычку к **здоровому образу жизни.**

Формировать у детей мотивацию к **здоровью.**

Развивать потребность заботиться о своем **здоровье.**

Воспитывать целеустремленность, командные качества.

Укреплять здоровье, совершенствовать двигательные навыки во время проведения игр и состязаний.

Развивать внимание, наблюдательность, координацию движений, умение преодолевать препятствия.

Создать доброжелательную атмосферу, доставить радость детям от совместных соревнований с родителями, продолжать знакомить с правилами личной безопасности.

**Оборудование:** колонка,проектор, презентация, «дорожка Здоровья», 2 воздушных шара, 2 веника, кастрюля, колпак для повара, цветок «Здоровья», муляжи фруктов и овощей, фотографии детей, ватман, фломастеры, картинки на спортивную тему.

**Предварительная работа:** рассказы по картинкам *«****распорядок дня»*,** беседы *«уроки Мойдодыра»*, правила личной гигиены, закаливающие процедуры, ежедневная зарядка, правильное питание, бережное отношение к **здоровью**. Рисование коллективного плаката *«Здоровье – это здорово»*.

**Ход мероприятия:**

***Ведущий:***

Звучит веселая спортивная музыка и в зал маршем заходят дети в колонне по одному, выполняют движения и расходятся по командам.

 Во всем мире люди заботятся о своем здоровье. В этот день в нашем детском саду всегда проходят развлечения, посвященные этому празднику «Дню здоровья».

Сейчас мы покажем, как можем заботиться о своем здоровье, научим мам и пап. Покажем всем, какие мы ловкие, смелые, умелые.

Поприветствуем команду «Смельчаки» и команду «Весельчаки».

Также хотим представить наше жюри: (представляем родителей). За правильные ответы и выполнение заданий, команды получают по флажку. И наш праздник начинается!

А кто знает о здоровье все, попробуйте угадать:

Лечит маленьких детей,

Лечит птичек и зверей,

Сквозь очки свои глядит,

Добрый доктор (**Айболит**)

Звучит музыка и на слайде появляется анимированная картинка Айболита.

***Ведущий:*** Здравствуй Доктор Айболит! А почему ты такой маленький?

***Айболит:*** Не всегда я был такой!

Заболел волшебник злой.

Съел в жару большую льдину,

Получил себе ангину.

Я его лечить не стал

Вот за что и поплатился

Тут же в куклу превратился.

***Ведущий:*** а как тебе помочь?

***Айболит:*** Я знаю, как! Вы должны сказать волшебные слова.

***Ведущий:*** Ребята, а я знаю волшебные слова: Эники -беники -фекс. Что-то не получается! Абра-кадабра! Опять не получилось!

На слайде появляются слова «Здоровому, все здорово!»

***Ведущий:*** Давайте попробуем сказать все вместе! Появляется Айболит.

 ***Айболит:***

Вам ребята благодарен,

Я теперь у вас в долгу.

Только что же здесь за праздник догадаться не могу?

***Дети:*** (ответы детей) Спортивный праздник; как быть здоровым.

***Айболит:*** А вы знаете ребята, что такое здоровье?

***Ведущий:*** Чья команда больше назовет факторов, влияющих на здоровье. Жюри не забываем оценивать.

***Дети:***Когда ешь овощи и фрукты; занимаешься спортом, делаешь зарядку, гуляешь на улице, купаешься в речке….

***Айболит:*** Правильно, надо правильно питаться, заниматься физкультурой, гулять на свежем воздухе, в общем вести здоровый образ жизни. Здоровье - это когда человек сильный, крепкий, никогда не болеет.

***Ведущий:*** а еще наши ребята знают стихи о том, как сохранить здоровье.

***Ребенок:*** Хорошо здоровым быть!
Соков надо больше пить!
Гамбургер забросить в урну,
И купаться в речке бурной!!!
Закаляться, обливаться,
Спортом разным заниматься!
И болезней не боясь,
В тёплом доме не таясь,
По Земле гулять свободно,
Красоте дивясь природной!!!
Вот тогда начнете жить!
Здорово здоровым быть!!! [1]

***Ведущий:*** Наш день в детском саду всегда начинается с зарядки.

***Айболит:*** а у меня есть для вас веселая зарядка. Вставайте все.

«Веселая зарядка» (все присутствующие выполняют вместе с Айболитом веселую зарядку под музыку)

***Айболит:*** а еще я приготовил для вас «Дорожку здоровья». Кто пройдет по ней, сразу станет здоровей (родители и дети проходят по «дорожке»)

*Ведущий****:*** Доктор Айболит, а что еще нужно, чтобы быть здоровым?

***Айболит:*** Конечно же, должны следить за чистотой рук, одежды.

Чтобы не было микробов

В чистоте должны все жить

Чтобы не было болезней

Верить в силы, не грустить.

***Ведущий:*** Мы сейчас проверим, как умеют наводить чистоту ребята. Выходите, не ленитесь, в две команды становитесь!

* **Эстафета «Веникобол»**

Ваша задача, провести по залу шарик с помощью веника. Чья команда быстрее справится.

***Айболит***: Какие молодцы! Справились все замечательно и быстро.

***Ведущий:*** Доктор Айболит, режим мы соблюдаем, чистоту наводить умеем. Просим наше жюри, оценить работу команд. А про что же мы еще не говорили. Ребята вы знаете?

***Дети:*** Про правильное питание.

***Ребенок:*** Если хочешь быть здоровым,
 Не хандрить и не болеть,
 Все проблемы эти в жизни,
 Можно с честью одолеть!
 Вкусной, правильной едою,
 Что энергию несет,
 Она дарит нам здоровье,
 Силу, бодрость придает!
 Так давайте впредь ребята,
 С такой пищею дружить,
 И тогда проблемы в жизни,
 Будет проще пережить! [2]

***Айболит***: а я для вас тоже приготовил игру. Называется она «Поварята» Нам нужны две мамы, а ребята строятся в две колонны. Мамы с кастрюлями сидят на стульчиках, напротив детей. У одной мамы кастрюля для компота, у другой для борща. У одной команды задача: принести продукты, из которых можно приготовить борщ, у другой команды: принести продукты, из которых можно приготовить компот. Внимательно посмотрите на продукты и определите, для чего они нужны.

* **Эстафета «Поварята»**

**Ведущий:**

Ах, какой обед сварили! Аромат чудесный!

Ну а что же положили? Очень интересно!

(Айболит проверяет правильность приготовления).

***Айболит:*** Молодцы ребята, с задачей справились.

***Ведущий:*** Посмотрите на наших ребят, как они подросли, и теперь знают, как нужно беречь свое здоровье. А родителям желаем, чтобы вы не теряли ни минуты, как можно больше времени проводили с детьми. Для этого нам поможет цветок здоровья.

* **Эстафета «Цветок Здоровья»**

Родители дружно проговаривают, что написано на каждом лепестке, а дети собирают цветок. Чья команда быстро и правильно соберёт «цветок Здоровья».

***Ведущий:*** Молодцы ребята, поработали сегодня отлично! А теперь послушаем жюри.

***Айболит:*** Мне ребята пора прощаться с вами.

На прощанье мой наказ:
Чтобы вырасти здоровым, энергичным и толковым,
Чтоб прогнать усталость, лень,
Ешьте витамины каждый день!
Рано утром не ленитесь, на зарядку становитесь!
Помогают нам всегда – солнце, воздух и вода!
Крепла, чтоб мускулатура, занимайтесь физкультурой!

***Ведущий:*** Молодцы мамы и ребята. Давайте скажем спасибо доктору Айболиту за помощь. До свидания! А теперь мы предлагаем родителям сделать коллаж «Мой ребенок спортсмен».

Список литературы:

1. <https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2019/12/22/kartoteka-stihotvoreniy-dlya-detey-starshego?ysclid=l6kbs4qhrs414849217>
2. https://pandia.ru/text/81/506/14671.php?ysclid=l6kbu1ewm3621698384

Приложение А

«Веселая зарядка с Айболитом» Эстафета «Веникобол»

****Эстафета «Поварята» Эстафета «Цветок Здоровья»