Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №17 комбинированного вида «Здоровячок»

Красноярский край, г. Зеленогорск.

**Сценарий спортивного праздника «День здоровья!»**

Инструктор по физической культуре:

Воробьева Александра Олеговна

**Цель:** развитие интереса к занятиям физической культурой и **спортом**.

**Задачи:** - приобщать **детей к ценностям здорового образа жизни**;

- совершенствовать двигательные умения и навыки;

- формировать потребность в двигательной активности и интерес к занятиям физкультурой;

- воспитывать умение действовать в коллективе, выполнять правила в играх и эстафетах.

**Действующие лица:**

- взрослые: Ведущий, Айболит; Обжора Робин-Бобин

- дети подготовительной группы: Микробы

- дети старшей группы, Морковь, Капуста, Клубника

**Оборудование:**

- костюмы микробов; овощей, фруктов;

- зубная щетка 3шт, расческа 3шт, зубная паста 3шт, мыло 3 шт, тазик 2шт, зеркальце 2шт, стаканчики 2 шт.

- «волшебная коробочка» или медицинский саквояж;

- картинки с изображением полезных продуктов, содержащих витамины разных групп;

- гимнастические палки, стульчики, скамейки, конусы, кольца для кольцеброса, корзины, муляжи овощей и фруктов, вредных продуктов, мешочки с песком, обручи, флажки, туннели, стойки для метания, колокольчики, медали и сладкие призы, воздушные шары

**Предварительная совместная деятельность:**

- проведение НОД на темы «Полезные и вредные привычки», «Что значит быть здоровым»,

«Кто такие микробы?», «Витамины-защитники организма» .

- знакомство детей на физкультурных занятиях с разными видами спорта, беседа о его

значении для человека.

**Ход праздника**

***(Под музыку дети входят в зал, украшенный символикой и картинками, соответствующими празднику. "Закаляйся, если хочешь быть здоров". Входят по росту в зал, обходят маршем круг по залу и перестраиваются в 3 колонны)***

***Ведущий:***

Улыбкой светлой, дружным парадом День здоровья начать нам надо. Давайте все

дружно крикнем Дню здоровья «Ура! Ура! Ура!».

Быть здоровыми — это значит никогда ничем не болеть. Даже очень  хорошее здоровье нужно поддерживать, а не очень хорошее можно и нужно улучшать. Надо стараться не болеть, когда ты маленький. Человек может прожить 100 лет и даже больше, если будет заниматься спортом. Если будешь делать добрые дела, то и душа твоя будет здорова.

А чтобы быть в хорошей соревновательной форме и в отличном настроении давайте проведем маленькую разминку. Приглашаю вас на веселую зарядку!

***Флешмоб «Кукутики»***

***Дети перестраиваются в одну колонну, обходят круг по залу и садятся на скамейки.***

***Под музыку "Песня Айболита" в зал входит Айболит***

***Айболит:***Здравствуйте, дети и взрослые!

Я-тот самый Айболит, что всех излечит, исцелит.

Но к вам приехал не за тем, чтоб ставить градусники всем.

Тани, Лили, Пети, Вовы – здесь надеюсь все здоровы?

***Дети:*** Здоровы!

***Айболит:***Зубы чистите всегда?

***Дети:*** Да!

***Айболит:***А мочалка и вода с вами часто дружат?

***Дети:*** Да!

***Айболит:*** Знать хочу еще ответ: а неряхи есть тут?

***Дети:*** Нет!

***Под мелодию «Чунга-чанга»( слова. Ю. Энтина, муз. В. Шаинского)***

***выбегают микробы (дети подготовительной группы)и поют песню***

Мы – микробы – весело живем

Мы – микробы – песенку поем.

Мы – микробы – очень любим грязь

Мы – микробы – ненавидим вас.

Всех, кто любит умываться,

Сам умеет причесаться,

Руки мыть и чистить зубы,

Мы не любим.

А нерях, грязнуль, лентяев,

Неумытых разгильдяев

Очень любим, очень любим!

***Ведущий:*** Что нам делать? Как нам быть? Кто нас сможет защитить?

***Айболит:*** Не волнуйтесь так, ребятки. Отгадайте вы волшебные загадки. И они же в

тот же час избавят от микробов вас.

Костяная спинка, Очень много в ней зубов,

Жесткая щетинка, Но характер не суров.

С пастой мятной дружит, Зубы, чтобы не кусать,

Нам усердно служит А красиво расчесать.

*(Зубная щетка)* Эта с зубьями полоска,

Называется…

*(Расческа)*

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне

Пусть отмоет руки мне

*(Мыло)*

***Айболит показывает фокус с коробочкой с двойным дном. В ней по очереди появляются:***

***мыло, зубная щетка и паста, расческа. Все предметы Айболит отдает микробам и они***

***убегают).***

***Айболит:***  Вот и нет микробов больше, но придут они опять,

Если будешь забывать руки с мылом мыть по-чаще.

Не давай микробам счастья жить в грязи,

Зубы вечером и утром чисти регулярно,

Причесаться не забудь и всегда опрятным будь.

***1.Эстафета с предметами гигиены «Соберись в детский сад»***

Команды встают в колонны у линии **старта. Первый участник бежит до первого стульчика (кубика, подставки) на котором лежит зубная паста, щетка и стаканчик для воды, «чистит зубы, поласкает рот». Бежит к след. стульчику, на нем стоит тазик и мыло «умывается». Добегает до 3го стульчика на нем лежит расческа и зеркальце, «причесывается», смотрится в зеркало и громко говорит: «Я Готов!». По прямой быстро возвращается в команду, передает эстафету след. участнику.**

***(6 стульчиков, 2 зубные пасты, 2 щетки, 2 стаканчика, 2 тазика, 2 мыла, 2 гребня, 2 зеркальца)***

*Под медленную музыку в зал заходит толстяк Обжора .(ест)*

***Обжора:*** Я-Обжора Робин-Бобин. Не могу пошевелиться,

Не умею я трудиться, тяжело мне и стоять, всегда хочется мне спать.

Только кушаю весь день, много кушать мне не лень.

***Айболит:*** Кушать много-очень вредно-шоколад и мармелад.

Каждому из вас известно для организма это яд.

***Обжора:*** А не есть я не могу.

***Айболит:*** Не волнуйся, помогу! Голодовку отменяем. Витамины принимаем.

***Обжора:*** От таблеток сыт не будешь.

***Айболит:*** Витамины находятся не в таблетках, а в продуктах питания,

полезных для здоровья. О витамине «А» расскажет ловко спелая

Морковка.

***Морковь:*** И сладка я, и вкусна. Витамин во мне есть «А»

Кто меня в друзья берет, тот растет, растет, растет.

***Айболит:*** Ребята, кто знает, в каких еще продуктах есть витамин «А»? (ответы

детей: помидоры, зелень, чеснок)

***Клубничка:*** А в клубничкином лице представлен витаминчик «С»

***Айболит:*** В каких еще продуктах есть витамин «С»?(ответы детей: капуста,

смородина, лук)

***Капуста(свекла,помидор)***: Свекла, яблоко, картофель,

Репа, тыква, помидор…

Витамины «В» имеют..

И отдать нам их сумеют.

***Айболит:*** Да, витамин «В» укрепляет организм, необходим для работы нервной системы. А в каких еще продуктах он присутствует? (ответы детей: яйцо, кукуруза, мясо, сыр, творог).

***Айболит:*** Вы совершенно правы, дети. Но мы назвали не все витамины, потому что

их очень-очень много. А если их много, значит, и полезной пищи тоже много. Я вам приготовил интересную и полезную эстафету. Проходите скорее, стройтесь в 2 колонны. мы сейчас узнаем как вы знаете полезные продукты.

***2. Эстафета "Полезные продукты".***

Команды строятся у линии старта (около каждой команды стоят пустые корзиночки для продуктов). Первый участник бежит добегает до первого препятствия, перепрыгивает его, добегает до следующего перепрыгивает, добегает до корзины (обруча) с продуктами, выбирает полезный продукт и так же возвращается обратно. Кладет продукт в корзину, передает эстафету следующему участнику, сам становится в конец колонны.

***(2 пустые корзины, 2 корзины с продуктами, 8 конусов с гимнастическими палками)***

***Айболит комментирует продукты***

***Ведущий:*** Видишь, Робин-Бобин, сколько полезных продуктов набрали дети. Пища, в которой есть витамины, называется здоровой. Это значит, что перечисленные продукты не вредят нашему здоровью, а, наоборот, его укрепляют.

Но кроме здоровой пищи тебе нужно знать еще об одном, чтобы, как все, ты мог бегать, играть, а не только есть и спать.

***Робин- Бобин:*** А-а-а-а Что мне нужно знать? Я итааааак все знаю.

***Ведущий:*** Давай спросим у ребят? Ребята подскажите пожалуйста что еще нужно делать чтобы быть сильным, смелым, здоровым?!

***Дети:*** Заниматься спортом!

***Ведущий:*** Девчонки, внимание!

Мальчишки, внимание!

Есть еще для вас задания

Кто тут самый **быстрый и ловкий**?

Покажите-ка свою сноровку.

Скорей в колонны становись и с соперником сразись!

***3 эстафета «Кто быстрее?».***

Команды стоят в колоннах, у каждого участница в руках кольцо для кольцеброса. По сигналу первый участник бежит, обегает змейкой конусы, добегает до последнего конуса, одевает на него кольцо, так же змейкой возвращается обратно и передает эстафету следующему участнику.

***(Кольца по количеству участников, 8 конусов)***

***Ведущий:*** Ребята а давайте проверим кто из вас самый меткий?!

***4 эстафета «Точнов цель»***

С мешочком на голове пройти по скамейке, пролезть в обруч, дойти до ориентира, забросить мешочек в цель (стойки в которых привязаны колокольчики), бегом вернуться назад.

***(скамейки, мешочки по количеству участников, 4 обуча, 2 стойки с колокольчиками)***

***5 эстафета «Туннель». З*аключительная эстафета.**

Команды строятся в колонну по одному. Перед каждой командой ставят гимнастическую скамью, туннель, обручи и флажок. По сигналу первый участник подходит к гимнастической скамейке с боку перепрыгивает через нее. Пролезает в туннель. Прыгает из обруча в обруч, затем обегает флажок, бежит ко второму участнику и передает эстафету следующему.

***(скамейки, туннели, обручи, стойки с флажками)***

***Ведущий:*** Все команды хорошо сыграли, все сразу здоровее стали. Вот видишь Робин-бобин какие у нас ребята молодцы?!

***Робин-Бобин:*** Да…..Вот теперь то я понял для чего нужно правильно питаться, обязательно делать зарядку по утрам и заниматься спортом!

***Айболит:*** Ребята, мы с вами очень весело и интересно провели время. Многое вспомнили и многое узнали. Я увидел, что вы хорошо знаете, как вырасти здоровым, сильным и смелым. Будьте всегда здоровы!!!

***Ведущий:***

Спорт, ребята, очень нужен,  
Мы со спортом очень дружим.  
Спорт – помощник!  
Спорт – здоровье!

Спорт – игра!  
Физкульт – ура!!!

***Ведущий:*** А теперь приглашаю всех на веселый танец!!!

*Дети танцуют веселый танец. Воздушные шары!*