Сценарий физкультурного развлечения для детей подготовительной группы «День здоровья»

**Цель:** Пропагандировать здоровый образ жизни.

**Задачи:**

Физическое развитие:

1. Развивать у детей физические качества *(силу, быстроту, выносливость)*.

2. Развивать физкультурно – оздоровительную работу в ДОУ.

3. Способствовать формированию положительного отношения детей.

4. Воспитывать настойчивость, упорство, чувство товарищества, умение побеждать и проигрывать.

5. Сохранять и укреплять физическое и психологическое здоровье детей.

6. Закреплять правила, связанные с сохранением здоровья.

7. Расширять знания о профилактических мерах по предупреждению заболеваний.

**Оборудование:** магнитофон, мячи малые и большие, обручи, косички – ориентиры, шнур, кегли, 4 гантели, 2 корзины большие и 2 малые, муляжи овощей и фруктов, предметы личной гигиены (мыло, зубные щетки, мочалки), 2 мальберта, картинки с изображением солнышка и душа, лучики и капельки по количеству детей, эмблемы «крепышей», «смельчаков», медальки, яблоки.

Место проведения: Спортивный зал украшенный воздушными шарами, гирляндами из флажков.

**Ведущий:**

На спортивную площадку приглашаем всех сейчас.

Праздник спорта и здоровья начинается у нас!

Здравствуйте дорогие ребята! Здравствуйте мальчики, здравствуйте девочки! А знаете почему я сейчас поздоровалась отдельно с девочками и мальчиками? Нет, а потому, что у нас сегодня самый замечательный День Здоровья посвященный мальчикам и девочкам. Сейчас я с вами поздоровалась и пожелала вам здоровья. Чаще говорите это волшебное слово «здравствуйте» и вы почувствуете как у вас поднимается настроение, ведь, когда мы здороваемся мы желаем друг другу здоровья.

**1 ребенок:** «Здравствуйте!»- ты скажешь человеку.

«Здравствуй!»- улыбнется он в ответ.

И наверно не пойдет в аптеку.

И здоровым будет много лет.

**2 ребенок:** «Добрый день!»- тебе сказали.

«Добрый день!» - ответил ты.

Вас две ниточки связали теплоты и доброты.

**3 ребенок.**

Чтоб успешно развиваться

Нужно спортом заниматься

От занятий **физкультурой**

Будет стройная фигура.

**4 ребенок.**

Чтоб **здоровье сохранить**

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья

Должен быть режим у дня.

**5реб**.

У **здоровья есть враги**

С ними дружбы не води!

Среди них тихоня лень

С ней борись ты каждый **день**!

**6 ребенок**.

Чтоб расти и закаляться,

Не по дням, а по часам

**Физкультурой заниматься**,

Заниматься надо нам.

**7 ребенок.**

Мы уже сильней сегодня,

Мы сильнее, чем вчера,

На весёлый **день здоровья**,

Приглашаем вас друзья!

**8 ребенок**. Чтоб расти нам сильными,

Ловкими и смелыми

Ежедневно по утрам мы зарядку делаем!

**Ведущий:** А теперь выполним нашу зарядку ( выполнение упражнений под музыку).

Ведущий: А теперь внимание, внимание

Начинаем наши спортивные соревнования !

(Вбегает Микроб)

**Микроб:** Никакого внимания, не будет соревнования!

Я –известный всем Микроб

И скажу всем: «Спорту –стоп!

Ну зачем вам закаляться ?

Ну зачем соревноваться?

Лучше хилым быть худым, Невеселым и больным.

Больше прятаться от солнышка в тень,

Чтоб купаться загорать вам было лень.

Пусть микробы вас съедят,

И болезнью заразят.

**Ведущий:** Ты откуда это появился в нашем детском саду?

**Микроб:** Еле, еле к вам в детский сад пробрался**.** Я оттуда**,** где грязные руки, немытые овощи и фрукты, где болезни. Хочу вас напугать своими вирусами и моими любимыми микробами. Я ищу у вас лентяев, нерях, грязнуль и неумытых разгильдяев, очень я люблю таких, страна Микробия ждет уже их.

**Ведущий:** Ничего у тебя не получится, у нас таких ребят нет. Наши дети несколько раз моют руки мылом душистым. Кушают только мытые овощи и фрукты. Ничего мы с ребятами не боимся! Скажем всем болезням: «Нет!». «Спорту-Да!»

**Микроб:** «А вот я сейчас проверю, кто попадется мне того и заберу к себе»

**Подвижная игра**: « Успей выпрыгнуть из круга !»

(Дети встают по кругу за веревочку, запрыгивают в круг и выпрыгивают из круга, а микроб пытается поймать детей).

**Микроб:** Вижу вы и вправду ловкие, да хотите быть здоровыми никто мне не попался! А я вот вас еще сейчас проверю, знаете ли вы, что вам полезно есть, а, что нет?

**Что полезно «поедать».**

**Игра «Да – нет»**

( Микроб задает вопросы, а дети отвечают *«да»* или *«нет»*)

Каша вкусная еда.

Это вам полезно?

Творог, сыр, кефир всегда

Вам полезны, дети?

Лук зеленый иногда

Вам полезен, дети?

В луже грязная вода

Вам полезна, дети?

**Микроб:**  Ой, все то они знают, правильно отвечают, какие то неправильные дети.

**Ведущий:**

Праздник наш спортивный, продолжать пора,

Празднику спортивному скажем мы -УРА!

Ребята, вы готовы показать себя настоящим спортсменами? Ну тогда выходите, покажем Микробу, как мы умеем соревноваться., что у нас только спортивные ребята, лодырей и лентяев у нас нет.

Дети выходят строятся в две команды:

**Ведущий:** Сегодня у нас соревнуются две команды:

Команда « Крепыши», и команда «Смельчаки». А оценивать наше соревнования будет справедливое жюри. Команды поприветствуем друг друга:

**Команда « Крепыши»:**

Нам пилюли и микстуру  
И в жару, и в холода  
Заменяют физкультура   
И холодная вода!  
**Команда « Смельчаки»»:**

Если день начать с зарядки,  
Значит, будет все в порядке!

**Ведущий:** Утром в зале по порядку дружно делаем зарядку:  
**1 эстафета: «Зарядка с гантелями» (**добежать до обруча поднять гантели вверх, положить вернуться обратно).

От простуды и ангины нас спасают витамины:

**2 эстафета: «Овощи и фрукты»** (Добежать до ориентира, одна команда кладет в свою корзинку овощ , а другая фрукт, вернуться обратно, передать корзинку следующему.)

Солнце воздух и вода –наши лучшие друзья:

**3 эстафета: « Капельки и лучики»** ( пробежать по мостику до мальберта, приложить капельку к тучке, лучик к солнышку)

**Ведущий:** Все команды хорошо играли,  
Все здоровы сразу стали!  
А теперь - пауза музыкальная.  
Очень-очень танцевальная!  
**Гимнастический этюд** (выступают девочки).

**Ведущий:**

Чтоб здоровым крепким быть, правила личной соблюдай, каждый день их выполняй

**4 эстафета: «Чистюля»**  **(**добежать до большого обруча, в котором лежат предметы личной гигиены, взять один предмет (мыло, мочалка), положить его в корзинку вернуться обратно, передать корзинку следующему).

**Микроб:** Чтоб не был никто здоров, в вашей стране «Здоровинке» рассыпал я все Витаминки»

**Ведущий**: А мы с ребятами их сейчас соберем.

**5 эстафета: «Собери Витаминки»**

( пропрыгать из обруча в обруч , добежать до большого обруча в котором лежат маленькие шарики «витаминки» положить один маленький мячик в свою корзину, вернуться обратно).

**6 эстафета: «Чья команда быстрее передаст Витаминки»**

( стоя в колонне передать мяч над головой, последний бежит вперед ит.д.)

**Микроб**: Какие вы спортивные, ловкие да умелые, вижу у вас лентяев нет.

**Ведущий:** А мы с ребятами еще и с разными видами спорта дружим. Видов спорта много есть, даже все не перечесть, будем мы сейчас играть виды спорта изображать, а ты их попробуй угадать.

**Игра «Угадай вид спорта»** (Ведущий показывает детям иллюстрации с разными видами спорта, дети изображают, а Микроб должен назвать вид спорта, но иногда путает смешит детей, например: дети изображают «хоккей», Микроб говорит –«пол подметаете».

**Ведущий:**

Знаем мы один секрет и такое слово:

Спорт мы любим с детских лет и будем все здоровы.

Ну-ка дружно, детвора, крикнем все: *«Физкульт-ура! Ура! Ура!»*

**Микроб:**  ( Дрожит), вижу мне у вас делать нечего побегу к другим ребятам лентяев искать ( Микроб убегает). Дети топают и хлопают в ладоши, прогоняют Микроба.

**Ведущий:**  
Слово предоставляется жюри.  
Слушай и внимательно смотри!  
**Оглашение итогов соревнований (** Награждение медалями и вручение яблок.)

**Ведущий:**

Вот настал момент прощанья.  
Всем спасибо за вниманье,  
За задор и звонкий смех,  
За огонь соревнованья,   
Обеспечивший успех.  
В мире нет рецепта лучше:  
Будь со спортом неразлучен.  
Проживешь ты до ста лет!  
Вот и весь секрет!  
Праздник завершать пора,  
Крикнем празднику: «Ура!»

Сценарий физкультурного праздника для детей

подготовительной группы «День здоровья»

**Ведущий:** Здравствуйте дорогие ребята! Здравствуйте мальчики, здравствуйте девочки! А знаете почему я сейчас поздоровалась отдельно с девочками и мальчиками? Нет, а потому, что у нас сегодня самый замечательный День Здоровья посвященный мальчикам и девочкам. Сейчас я с вами поздоровалась и пожелала вам здоровья. Чаще говорите это волшебное слово «здравствуйте» и вы почувствуете как у вас поднимается настроение., ведь ,когда мы здороваемся мы желаем друг другу здоровья.

**1 ребенок:** «Здравствуйте!»- ты скажешь человеку.

«Здравствуй!»- улыбнется он в ответ.

И наверно не пойдет в аптеку.

И здоровым будет много лет.

**2 ребенок:** «Добрый день!»- тебе сказали.

«Добрый день!» - ответил ты.

Вас две ниточки связали теплоты и доброты.

**Ведущий:**

На спортивную площадку приглашаем всех сейчас.

Праздник спорта и здоровья начинается у нас!

**3 ребенок.**

Чтоб успешно развиваться

Нужно спортом заниматься

От занятий **физкультурой**

Будет стройная фигура.

**4 ребенок.**

Чтоб **здоровье сохранить**

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья

Должен быть режим у дня.

**5реб**.

У **здоровья есть враги**

С ними дружбы не води!

Среди них тихоня лень

С ней борись ты каждый **день**!

**6 ребенок**.

Чтоб расти и закаляться,

Не по дням, а по часам

**Физкультурой заниматься**,

Заниматься надо нам.

**7 ребенок.**

Мы уже сильней сегодня,

Мы сильнее, чем вчера,

На весёлый **день здоровья**,

Приглашаем вас друзья!

**8 ребенок**. Чтоб расти нам сильными,

Ловкими и смелыми

Ежедневно по утрам мы зарядку делаем!

**Ведущий:** А теперь выполним нашу зарядку.( выполнение упражнений под музыку).

Ведущий: А теперь внимание, внимание

Начинаем наши спортивные соревнования !

(Входит Микроб)

**Микроб:** Никакого внимания, не будет соревнования!

Я –известный всем Микроб

И скажу всем: «Спорту –стоп!

Ну зачем вам закаляться ?

Ну зачем соревноваться?

Лучше хилым быть худым, Невеселым и больным.

Больше прятаться от солнышка в тень,

Чтоб купаться загорать вам было лень.

Пусть микробы вас съедят,

И болезнью заразят.

**Ведущий:** Ты откуда это появился в нашем детском саду?

**Микроб:** Еле, еле к вам в детский сад пробрался**.** Я оттуда**,** где грязные руки, немытые овощи и фрукты, где болезни. Хочу вас напугать своими вирусами и моими любимыми микробами. Я ищу у вас лентяев, нерях, грязнуль и неумытых разгильдяев, очень я люблю таких, страна Микробия ждет уже их.

**Ведущий:** Ничего у тебя не получится, у нас таких ребят нет. Наши дети несколько раз моют руки мылом душистым. Кушают только мытые овощи и фрукты. Ничего мы с ребятами не боимся! Скажем всем болезням: «Нет!». «Спорту-Да!»

**Микроб:** «А вот я сейчас проверю, кто попадется мне того и заберу к себе»

**Подвижная игра**: « Успей выпрыгнуть из круга !»

**Микроб:** Вижу вы и вправду ловкие, да хотите быть здоровыми никто мне не попался!

А я вот вас еще сейчас проверю, знаете ли вы, что вам полезно есть, а, что нет?

**Что полезно *«поедать»*.**

**Игра *«Да – нет»***

( Микроб задает вопросы, а дети отвечают *«да»* или *«нет»*)

Каша вкусная еда.

Это вам полезно?

Творог, сыр, кефир всегда

Вам полезны, дети?

Лук зеленый иногда

Вам полезен, дети?

В луже грязная вода

Вам полезна, дети?

**Микроб:** « Ой, все то они знают, правильно отвечают, какие то неправильные дети.

**Ведущий:**

Праздник наш спортивный, продолжать пора,

Празднику спортивному скажем мы УРА!

Ребята, вы готовы показать себя настоящим спортсменами? Ну тогда выходите, покажем Микробу, как мы умеем соревноваться., что у нас только спортивные ребята, лодырей и лентяев у нас нет.

Дети выходят строятся в две команды:

Ведущий: Сегодня у нас соревнуются две команды:

Команда « Крепыши», «Смельчаки»

Поприветствуем друг друга:

**Команда « Крепыши»:**

Нам пилюли и микстуру  
И в жару, и в холода  
Заменяют физкультура   
И холодная вода!  
**Команда « Смельчаки»»:**

Если день начать с зарядки,  
Значит, будет все в порядке!

Утром в зале по порядку дружно делаем зарядку

**1 эстафета: «Зарядка с гантелями»**

**(**добежать до обруча поднять гантели вверх, положить вернуться обратно).

От простуды и ангины нас спасают витамины.

**2 эстафета: «Овощи и фрукты»**

(Добежать в одну корзину положить овощ в другую фрукт)

Солнце воздух и вода –наши лучшие друзья

**3 эстафета: « Капельки и лучики»**

(добежать до мальберта, приложить капельку к тучке, лучик к солнышку)

Вед.: Все команды хорошо играли,  
Все здоровы сразу стали!  
А теперь - пауза музыкальная.  
Очень-очень танцевальная!

**Танец с фитболами ? или гимнастический этюд**.

Чтоб здоровым крепким быть, правила личной соблюдай, каждый день их выполняй

**4 эстафета: «Чистюля»**

**(**добежать взять один предмет личной гигиены, вернуться обратно).

**Микроб:** Чтоб не был никто здоров, с стране «Здоровинке» рассыпал я все Витаминки»

Ведущий: А мы с ребятами их сейчас соберем.

**5 эстафета: «Собери Витаминки»**

( добежать из обруча положить один маленький мячик в корзину, вернуться обратно).

**6 эстафета: «Чья команда быстрее передаст Витаминки»**

( стоя в колонне передать мяч над головой, последний бежит вперед ит.д.)

**Микроб**: Какие вы спортивные, ловкие да умелые, вижу у вас лентяев нет.

**Ведущий:** А мы с ребятами еще и с разными видами спорта дружим. Хочешь их сейчас узнать виды спорта угадать.

**Игра «Угадай вид спорта»**

Знаем мы один секрет и такое слово:

Спорт мы любим с детских лет и будем все здоровы.

Ну-ка дружно, детвора, крикнем все: *«Физкульт-ура! Ура! Ура!»*

**Микроб:**  ( Дрожит), вижу мне у вас делать нечего побегу к другим ребятам лентяев искать ( Микроб убегает).

**Ведущий:**  
  
Слово предоставляется жюри.  
Слушай и внимательно смотри!  
  
***Оглашение итогов соревнований***  
**Ведущий:.**

Вот настал момент прощанья.  
Всем спасибо за вниманье,  
За задор и звонкий смех,  
За огонь соревнованья,   
Обеспечивший успех.  
В мире нет рецепта лучше:  
Будь со спортом неразлучен.  
Проживешь ты до ста лет!  
Вот и весь секрет!  
Праздник завершать пора,  
Крикнем празднику: «Ура!»

**Команда « Крепыши»:**

Нам пилюли и микстуру  
И в жару, и в холода  
Заменяют физкультура   
И холодная вода!

**Команда « Смельчаки»»:**

Если день начать с зарядки,  
Значит, будет все в порядке!

Утром в зале по порядку дружно делаем зарядку