

Сценарий спортивного праздника в подготовительной группе, посвященный Дню Здоровья

Цель: Создать радостное эмоциональное настроение, повысить у детей интерес к физической культуре и здоровому образу жизни, закреплять культурно-гигиенические навыки у детей.

Задачи:

- Образовательные: активизировать двигательную активность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- Развивающие: развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;
- Воспитательные: воспитывать любовь к спорту, физической культуре;

Оборудование: фонограмма музыки для конкурсов, обручи-4 шт., мячи большого диаметра-2 шт., ракетки для большого тенниса-2 шт., теннисные мячи-2 шт., мешочки с песком по количеству детей, тоннель-2 шт., мешки тканевые для прыжков-4 шт., кубок, грамота-2 шт., яблоки по количеству детей.

Ход развлечения:

Воспитатель: Сегодня я вам предлагаю путешествие в волшебную страну:

За морями, за горами

Есть волшебная страна.

Страною здоровья зовется она.

Глаза свои закрой, дружок,

Три раза повернись,

В стране здоровья очутись!

Здесь нас ждут необыкновенные приключения.

Ведущая: Что такое здоровье? Как здоровым стать?

(Ответы детей)

Ведущая: Да, здоровье - это когда человек сильный, крепкий и никогда ничем не болеет. Но для этого он должен заниматься спортом, закаляться, есть фрукты и овощи.

Воспитатель: Сейчас мы будем играть и соревноваться, но вначале нужно размяться.

Без запинки, без заминки

Дружно выполним разминку!

(выполнение упражнений под музыку)

Ну, теперь вы, я вижу, готовы к любым соревнованиям, можно начинать

Воспитатель: Я предлагаю Вам разделиться на две команды. Команда «Звёздочки» и команда «Лучики»

Командам занять свои места и приготовиться к соревнованиям.

А чтобы соревнования были настоящими мы приглашаем жюри, которое будет следить и оценивать наши соревнования.

Эстафеты:

1.«Переправа через болото с обручем». До стойки ребенок передвигается при помощи двух обручей. Один обруч кладется на землю, ребенок прыгает в него; второе

выкладывает перед собой, перебирается в него; освободившееся обруч снова кладет перед собой. Оказавшись возле конуса, обратно возвращается бегом и т. д. все участники эстафеты.

2.«**Передача мяча над головой**». Команда выстраивается в колонну так, чтобы удобно было передавать мяч над головой. По команде начинается передача мяча до последнего игрока. Получив мяч в руки, ребенок бежит, становится впереди колонны, и передача мяча возобновляется. Так продолжается до последнего игрока.

3.«**Не урони**». Первый ребенок берет ракетку, кладёт на нее мяч, ракетку держит одной рукой, вторую убирает за спину и бежит до стойки и обратно. Затем передает ракетку и мяч следующему игроку.

4.«**Попади в цель**» (мешочки в обручи). Ребенок берет мешочек с песком в одну руку и старается закинуть его в обруч, затем следующий.

Воспитатель:

А теперь немного отдохнем и отгадаем *загадки* о полезных овощах.

За кудрявый хохолок

Лису из норки поволок.

На ощупь - очень гладкая,

На вкус - как сахар сладкая.

(морковь)

Воспитатель: Правильно, ребята. А морковка – это овощ или фрукт? (Ответ детей). Морковь очень полезный овощ для вашего организма. В нем много витамина А, который очень важен для глазок и роста человека.

Уродилась я на славу,

Голова бела, кудрява.

Кто любит щи -

Меня в них ищи.

(капуста)

Воспитатель: Правильно, это же капуста. В древности люди не только её ели, но и использовали как лекарство от многих болезней.

Само с кулачок,

Красный бочок.

Потрогаешь – гладко,

А откусишь – сладко

(яблоко)

Воспитатель: Угадали. А яблоко – это фрукт или овощ? (Ответ детей). Они вкусные и полезные. В них много железа и витамина С.

Желтый цитрусовый плод

В странах солнечных растёт.

Но на вкус кислейший он,

А зовут его.

(лимон)

Воспитатель: Молодцы, правильно в лимонах много витамина Р., а также витамина С, который помогает нашему организму бороться со всякими болезнями.

Мы продолжаем наши соревнования.

5. «**Пролезть через тоннель**». Дети пролезают в тоннель, бегут до конуса и возвращаются обратно.

6. «**Большие гонки**». Дети прыгают в мешках до конуса и обратно.

После игры дети стоят произвольно, проводится *дыхательная гимнастика* «Ветер».

Дети – «превращаются» в деревья в лесу.

Воспитатель читает текст, дети выполняют действия.

«В лесу светило солнышко, и все деревья потянули к нему свои веточки».

(дети делают вдох поднимаются на носки, высоко поднимают руки, перебирая пальцами).

«Но подул сильный ветер и стал раскачивать деревья в разные стороны».

(дети резко опускаются в низ, раскачиваются в стороны).

Воспитатель: Вот и закончились наши соревнования, мы предоставляем слово жюри.

Награждение победителей соревнований кубком за занятое первое место (каждая команда награждается грамотой за занятые 1 и 2 места и сладким подарком)

Воспитатель: Молодцы, ребята, теперь нам пора возвращаться в детский сад:

Глаза закрой,

Три раза повернись

И в детский сад скорей вернись!

Ну, вот, ребята, мы и побывали в стране Здоровье, Понравилось вам? (Ответ детей)
Вы сегодня узнали о том, что нужно делать, чтобы не болеть. Нужно содержать свое тело в чистоте, кушать полезные продукты, принимать витамины, как можно больше двигаться и дружить со спортом!