**Сценарий спортивного развлечения «День Здоровья!»**

для детей старшего возраста

Удовина Галина Михайловна

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение (МБДОУ) «Детский сад № 2», город Усолье - Сибирское

Воспитатель

**Цель:** формировать у дошкольников навыки здорового образа жизни.

**Задачи:** Закреплять культурно-гигиенические навыки у детей. Развивать двигательные навыки, выдержку и внимание в играх и эстафетах. Создать радостное эмоциональное настроение. Воспитывать взаимоуважение и взаимопомощь.

**Оборудование и материал:** предметы гигиены, игрушки, 2 столовые ложки, 2 игрушечных яйца, 2 больших мяча, 2 корзины, маленькие мячи, корзины с яблоками.

**Ход:**

Под музыку дети входят в зал. Строятся и приветствуют друг друга.

**1 Ведущий:** Здравствуйте, ребята, если мы здороваемся с кем-нибудь, что это значит?

Дети: Мы желаем ему здоровья!

**2 Ведущий:** А кто скажет, что значит «быть здоровым?».

Дети: это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться, есть полезные продукты, больше двигаться.

**1 Ведущий:**

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать!

В мире нет рецепта лучше –

Будь со спортом неразлучен,

Проживешь сто лет –

Вот и весь секрет!

**2 Ведущий:**

Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник День Здоровья.

Улыбкой светлой,

Дружным парадом

День Здоровья начать нам надо.

Давайте все дружно крикнем

Дню Здоровья Ура! Ура! Ура!

Для начала мы с вами разделимся на команды. Первая команда «Айболиты», вторая «Мойдодыры».

Команды представляются.

Команда первая: Если кто-то нездоров, не зовите докторов. Всех излечит, исцелит команда наша – «Айболит»!

Команда вторая: Мойте шею, руки с мылом. Трите щечки, нос до дыр. И похвалит непременно вас за это Мойдодыр.

**1 Ведущий:** Чтобы быть в хорошей соревновательной форме и в отличном настроении давайте проведем маленькую разминку. (Проводится танцевальная разминка «Буги-вуги»)

**2 Ведущий:** Ребята разминка позади, теперь можно переходить к основным заданиям. Вам понадобятся находчивость, смекалка и, конечно взаимовыручка.

Победа сама не придет никогда

Победу в борьбе добывают

В победу частицу большого труда

Задор, мастерство дополняет.

Команды готовы к соревнованиям?

***Задание №1 «Загадки о полезных продуктах»***

**1 Ведущий:** Мы с вами уже говорили, что чтобы быть здоровым нужно не только спортом заниматься, но и правильно питаться. Сейчас вы будете отгадывать загадки о полезных продуктах (командам по очереди зачитываются загадки).

Уродилась я на славу.

Голова бела, кудрява.

Кто любит щи

Меня в них ищи. (Капуста)

Заставил плакать всех вокруг

Хоть он и не драчун, а … (Лук)

Круглое румяное.

Я расту на ветке:

Любят меня взрослые

И маленькие детки. (Яблоко)

Горит на грядке светофор,

И люди ждать согласны,

Пока зелёный …

Не сделается красным (помидор)

Она в коричневом мундире,

Сытнее овоща нет в мире.

На грядке куст её цветёт,

Под ним в земле она растёт (картофель)

С виду он как рыжий мяч,

Только вот не мчится вскачь.

В нём полезный витамин —

Это спелый…(апельсин)

Фруктовый он и сливочный,

На свете всех вкусней!

Он в пластиковых баночках

Для взрослых и детей. (Йогурт)

Она украсит винегреты

Ярко-алым, сочным цветом. (Свекла)

Будет крепок и высок

Тот, кто пьет морковный … (сок).

Есть для защиты вместо рук —

Зубастая головка.

Микробы вредные вокруг

Я истребляю ловко.

Кто со мною незнаком?

Называюсь… (Чесноком)

Пчелки летом потрудились,

Чтоб зимой мы угостились.

Открывай пошире рот,

Ешь душистый, сладкий… (мед)

Что за белые крупинки?

Не зерно и не снежинки.

Скисло молоко — и в срок

Получили мы… (творог)

Что за белая водица

С фермы к нам в бидонах мчится?

Мы ответ нашли легко —

Это просто… (молоко)

Из крупы ее сварили,

Посолили, подсластили.

Эй, ну где же ложка наша?!

Так вкусна на завтрак… (Каша)

***Задание № 2 «Предметы гигиены»***

**2 Ведущий:** Ребята, а вы знаете, какие нужны предметы для того, чтобы ухаживать за своим внешним видом. (Ответы детей)

Проводится эстафета «Перенеси предметы гигиены»

Дети делятся на команды. Стоят столы, на которых находятся различные предметы (мыльницы, зубные щётки, расчёски, игрушки и т.д.) Детям необходимо по одному подбежать к своему столу, выбрать предмет гигиены и вернуться назад. Побеждает та команда, которая быстрее и без ошибок справиться со своим заданием.

**2 Ведущий:** Молодцы ребята, вы очень хорошо, справились с этим заданием, и я убедилась в том, что вы все знаете правила гигиены.

***Задание № 3 «Назови лекарственное средство».***

Проводится дидактическая игра. Ведущий читает три слова — определения какого-либо предмета. Задача детей назвать этот предмет. Можно использовать подсказки.

**1 Ведущий:** Круглый, черный, активированный… (уголь)

Белый, стерильный, марлевый… (бинт)

Пушистая, белая, волокнистая… (вата)

Горькая, болеутоляющая, жаропонижающая…(таблетка)

Резко пахнущий, дезинфицирующий, прозрачный…(спирт)

Острая, тонкая, колющая…(игла)

Липкий, тонкий, мозольный…(пластырь)

Коричневый, жгучий, дезинфицирующий…(йод)

Фиолетовая, жидкая, обеззараживающая…(марганцовка)

Стеклянный, холодный, ртутный…(градусник)

***Задание № 4 «Донеси не урони»***

Проводится эстафета. Дети по очереди на столовой ложке проносят игрушечное яйцо, аккуратно чтобы не упало.

***Задание № 5 «Передача мяча над головой»***

Проводится эстафета. Первый передает мяч над головой следующему, так до последнего участника. Последний участник с мячом обегает команду и встает первым.

***Задание № 6 «Попади в цель»***

Проводится эстафета. Каждый участник бежит до линии финиша, берет маленький мяч, и старается попасть им в ведро-мишень, которое стоит на 5 м дальше финиша.

***Задание № 7 «Правда ли?»***

**1 Ведущий:** Мы провели разминку для тела, а теперь предлагаю потренировать свой мозг и заняться интеллектуальной деятельностью.

Проводится развивающая игра «Правда ли?» На ответ ДА — дети поднимают руки вверх и хлопают в ладоши, на ответ НЕТ – топают ногами и вертят головой.

Вопросы для команд.

Правда ли…..

Что если съесть грязное яблоко и запить его стаканом воды, ничего страшного не будет? В животике яблочко само помоется!

Что 36,6 — нормальная температура тела человека?

Что от лука плачут ваши глаза?

Что скорая помощь вызывается по номеру 03?

Что нужно чистить зубы только утром?

Что простуда возникает из-за переохлаждения организма?

Что длительные занятия на компьютере полезны для здоровья?

Что витамины из аптеки совершенно безвредны и их можно есть в любом количестве?

Что курение очень опасно, и что детям вредно находиться рядом с курящим человеком, когда он курит?

Что мыть руки нужно перед каждым приемом пищи?

**2 Ведущий:** На этом наш праздник подошел к концу. Дружите со спортом и будьте здоровы!

Спорт ребятам очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт – помощник, спорт – здоровье,

Спорт – игра, крикнем мы – физкульт… ура!

Детям вручаются яблоки, под музыку дети выходят из физкультурного зала.

Использованная литература:

Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой