

**Сценарий спортивного развлечения
«День здоровья» для 2мл и средней группы.**

Подготовила и правила:
инструктор по физической культуре
А.В.Матис

Цель: приобщение детей к здоровому образу жизни по средство занятий по физической культуре.

Задачи:

- закреплять у детей культурно - гигиенические навыки;
- закреплять знания о правильном и здоровом питании;
- развивать физические навыки.

ППР: обруч 2шт, гимнастические палки по количеству детей, маска медведя, овощи и фрукты 20-30шт, упаковки вредных продуктов.

Ход развлечения

Звучит веселая песня, дети заходят в спортивный зал.

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас с вами праздник – День здоровья. А чтобы нам всем быть здоровыми я предлагаю подарить частичку здоровья каждому из нас

Песенка «Здравствуйте, ладошки» М. Карпушиной

Ведущий: Ребята, скажите мне, а вы все здоровы? У вас ничего не болит? (*Дети отвечают*). А, скажи мне, пожалуйста, что нужно делать чтобы не болеть? (*Дети отвечают*).

Ведущий: Вы дали мне правильные ответы. И сейчас я хочу загадать вам загадки о тех предметах, которые помогают нам сохранить наше здоровье и быть чистыми.

Загадки:

1. Ускользает, как живое,
но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
руки мыть не ленится. (*Мыло*)

2. Вкуса нет, цвета нет,
без нее жизни нет! (*Вода*).

4. Хожу-брожу не по лесам,
а по усам, по волосам,
И зубы у меня длинней,
чем у волков и медведей (*Расческа*).

6. Костяная спинка,
На спинке – щетинка,
По забору прыгала,

Всю грязь выгнала. (*Зубная щетка*).

Ведущий: Молодцы, ребята, я вижу, что вы следите за чистотой. Поиграем в игру

«Поймай микроба» (маленькие мячи разбросаны по залу, нужно собрать в тазик)

Вдруг звучит грустная музыка, в зал заходит и сильно кашляет Заболейка, на шее у него теплый шарф

Ведущий: Вы кто?

Заболейка: А разве вы не знаете? Меня зовут Заболейка. (*кашляет, держится за горло*)

Ведущий: А что с вами?

Заболейка: (*кашляет*) А вы разве не видите, я болею.

Ведущий: Мне очень вас жаль, но вы, наверное, не делаете зарядку, не закаляйтесь, вот и заболели.

Заболейка: А что такое зарядка?

Ведущий: Дети давайте покажем наше гостю, что такое зарядка

Песня – зарядка «Кукутики»

Заболейка: Ладно, буду делать по утрам зарядку!

Ведущий: Чтобы не болеть, надо кушать витамины, а они живут во фруктах и овощах.

Заболейка: А, я люблю кушать конфеты, шоколад и чипсы.

Ведущий: Вот поэтому вы и болеете. Сейчас наши, ребята, помогут разобраться с овощами и фруктами (полезные и вредные продукты).

Игра «Фрукты – овощи» «Полезные и не полезное»

Дети по очереди разбирают фрукты и овощи (полезные и вредные продукты) из одной большой корзины на две маленькие.

Заболейка: а что еще нужно кушать, кроме фруктов и овощей?

Ведущий: А мы сейчас узнаем, что надо кушать

Каша-вкусная еда. Это нам полезно? (*да*)

Творог, сыр, кефир всегда нам полезны, дети? (*да*)

Лук зеленый иногда нам полезен, дети? (*да*)

В луже грязная вода нам полезна, дети? (*нет*)

Фрукты – просто красота! Это нам полезно? *(да)*

Грязных ягод иногда съесть полезно, дети? *(нет)*

Сок, компотик иногда нам полезны дети? *(да)*

Заболеяка: Сколько всего полезного я узнал!

Ведущий: Зарядку делать мы тебя научили, разбираться в полезных продуктах – тоже, а теперь предлагаем с нами поиграть, ведь спорт и движение очень полезны.

Игра «У медведя во бору...» Заболеяка медведь.

Ведущий: Скажи, Заболеяка, а ты любишь гулять на свежем воздухе?

Заболеяка: Нет, нет. Я очень боюсь ходить на улицу. А вдруг меня кто-нибудь заразит

Ведущий: Ребята, а как вы думаете гулять полезно? *Дети отвечают*

Ведущий: Прогулки полезны для здоровья. На улице обязательно нужно гулять и наслаждаться солнышком.

Игра «Собери солнышко» (девочки и мальчики собирают солнышко из обруча и гимнастических палок)

Ведущий: Ну, что Заболеяка, теперь ты понял, что нужно делать, чтобы не болеть?

Заболеяка: Понял. Спасибо ребята, теперь я буду правильно питаться! Делать зарядку, закаляться и дружить со спортом. Можно мне на прощание подарить вам витамины, которые прописал мне доктор *(открывает сумочку – аптечку)*.

Заболеяка вручает детям яблоки и прощается.

Ведущий: На этом наш праздник подошел к концу. Будьте здоровы!!!