

Сценарий спортивного развлечения посвященного здоровому образу жизни

Тема: «День здоровья»

Место проведения: Спортивная площадка ДС №74.

Время проведения: 40 минут.

Дата: 10.09.2013г.

Начало: 9.30 ч.

Оборудование: два флажка, 4 больших обруча ; две пластмассовые палки; цветные деревянные ворота 2шт.

Оформление: надувные шары; флажки, ленты.

Действующие лица и персонажи:

1. Ведущий
2. Грязнулька
3. Айболит
4. Поросёнок Шпунтик
5. Дети всех возрастных групп.

Программное содержание:

Закрепить у детей культурно-гигиенические навыки. Выработать привычку быть аккуратными, следить за своим внешним видом.

Выполнять знание детей о здоровом образе жизни: мыть руки перед едой, чистить зубы, умываться, мыть фрукты и овощи перед употреблением в пищу.

Выполнять перестроение тройками, учить ориентироваться в пространстве, заканчивать движение одновременно с музыкальным сопровождением.

Воспитывать у детей интерес к подвижным играм, эстафетам, желание играть в них, не нарушая правил игры.

Развивать ловкость, быстроту, формировать правильную осанку.

Развивать речь, память.

(Под музыку дети заходят на спортивную площадку, делают перестроение в три шеренги с кеглями, флажками, лентами и т.д.)

Ведущий: Дорогие ребята! Сегодня у нас праздник особый

Мы будем веселиться. И многому учиться: Как здоровыми быть, как фрукты овощи мыть, как витамины принимать и на солнце загорать. Кто из вас ребята знает, что закалке помогает и полезно нам всегда?

Дети: Солнце, воздух и вода! Наши лучшие друзья!

Песня «Делаем зарядку».

1 реб.: Мы зарядкой заниматься начинаем по утрам, пусть болезни нас боятся, пусть они не ходят к нам.

2 реб.: Мы зимой болеть не будем, нас морозы не страшат и наверно, скажут люди – Это лучший детский сад!

3 реб.: Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна от лени и болезни спасает нас она.

Ведущий: Выходите по порядку, Становитесь на зарядку

Начинай с зарядки день, Разгоняй движеньем лень.

Спартакиада

(Дети выполняют комплекс утренней гимнастики).

Ведущий: Алло, алло слушаю вас! Кто говорит? Доктор Айболит? Нет, у нас все здоровы все дети на празднике тут и вас к себе зовут.

Ребёнок читает стихотворение Доктор: Добрый врач, бывалый врач,
Чуть услышит детский плач,
В ранний час и в полночь
Поспешит на помощь.
По дороге, по реке,
По опасным тропам,
С чемоданчиком в руке
И с фонендоскопом.
И его не утрашит
Ни мороз, ни тряска -
Он и в космос полетит
Делать перевязку.
Потому что он готов
Биться за здоровье!
Надо - так без лишних слов
Поделится кровью.
И повсюду повторять
Будет для порядка:
"Вы хотите крепким стать?
Делайте зарядку!"

Входит доктор.

Айболит: Здравствуйте ребята, посмотрим, все ли вы здоровы? Попрошу вас дети встать и команды выполнять. Все дышите, не дышите. Все в порядке, отдохните. Вместе руки поднимите, превосходно, отпустите. Наклонитесь, разогнитесь, встаньте прямо, улыбнитесь!

Да осмотром я доволен, из ребят никто не болен, каждый весел и здоров, и играть всегда готов.

Игра малой подвижности «Затейники». Выбирается водящий- (Айболит) затейник, который встаёт в центре круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу вправо (влево) и произносят:

«Ровным кругом друг за другом
Мы идём за шагом шаг.
Стой на месте! Дружно вместе
Сделаем вот так...»

Подвижная игра «Быстро возьми» Дети образуют круг и по сигналу Айболита выполняют ходьбу или бег вокруг предметов (кубики, камешки и т.д.) которых должно быть на один или два меньше. На следующий сигнал: «Быстро возьми!»- каждый играющий должен взять предмет и поднять его над головой. Тот, кто не успел поднять предмет, считается проигравшим. Игра повторяется 2-3 раза.

(Звонит телефон).

Ведущий: Доктор, случилась беда! В соседнем саду малярия, бронхит.

Айболит: Ладно, ладно побегу, другим детям помогу. До свидания друзья, будьте здоровы всегда.

Ведущий: Вот сейчас мы и проверим, какие вы дружные. Вам нужно громко отвечать на мои вопросы.

Вы готовы? (Да)

Ребята, будем мы молчать?

Может, будем мы скучать? (Нет)

Спартакиада

Будем дружно мы играть? (Да)
Может чаю предложить? (Нет)
Может спать вас уложить? (Нет)
так давайте танцевать! (Ребята встают танцевать.)
1-2-3-4-5 начинаем мы плясать. (*Парная пляска*).

(*Входит Грязнулька.*)

Грязнуля: А можно к вам?

Ведущий: Ах, ты девочка чумазая, где ты руки так измазала?

Грязнуля: Я на солнышке лежала, руки кверху я держала, вот они и загорели.

Ведущий: Ах, ты девочка чумазая, где лицо ты так измазала? Кончик носа чёрный, будто закопчённый.

Грязнуля: Я на солнышке лежала, носик кверху я держала, вот он и загорел.

Ведущий: Ой ли, так ли? Так ли дело было.

Ведущий спрашивает у детей какие они знают пословицы о чистоте тела и о здоровье:

Кто аккуратен, тот людям приятен. Чистота - лучшая красота. Чистая вода - для хворобы беда. Чаще мойся - воды не бойся. Будь аккуратен - забудь про лень, чисти зубы каждый день.

Атракцион «Кто с кем дружит»

1. Зубная паста с зубной щёткой.
2. Мыло с полотенцем.
3. Расчёска с зеркалом.
4. Кукла с платочком.

(*звучит музыка, вбегает Поросёнок Шпуньтик*)

Ведущий: Здравствуй Поросёнок Шпуньтик!

Поросёнок Шпуньтик: Привет друзья! Узнали верно вы меня, Я самый весёлый на свете в меру упитанный и очень воспитанный.

Ведущий: А почему ты такой печальный?

Поросёнок Шпуньтик: Я немного толстоват, я немного косоват. Вы поверьте мне ребята, в этом я не виноват.

Ведущий: А скажи ка лучше нам, чем ты занят по утрам?

Поросёнок Шпуньтик: Я ребята долго сплю, до полудня я храплю.

Ведущий: Расскажи нам по порядку, часто ль делаешь зарядку? Спортом занимаешься, водою обливаешься?

Поросёнок Шпуньтик: Нет, зарядку-то, ребята я не делал никогда. Закаляться? Страшно братцы, ведь холодная вода. Может, средство есть такое, чтобы сильным, ловким стать. От других не отставать.

Ведущий: Есть такое средство, есть! Надо варенье меньше есть. Утром долго не валяться, физкультурой заниматься. Бегать, прыгать и скакать! Душ прохладный принимать!

Поросёнок Шпуньтик: Ой-ой-ой! Мне не суметь.

Ведущий: Ничего не бойся. С нами вместе всё получится. Рядом с нами ты вставай и всё за нами повторяй.

Атракционы :

1. Покрути обруч (кто дольше крутит обруч).
2. Прыжки через два обруча «кочки на болоте».
3. Эстафета с обручами.

Ведущий: А сейчас ребята мы будем соревноваться в беге и прыжках.

Спартакиада

Эстафеты:

1. «Пролезай - убегай».
2. «Перепрыгнуть через ручеёк».
3. «Кто быстрее пролезет под дугу».
4. Челночный бег «перенести спортивное оборудование».
5. Метание мяча в корзину.
6. Бег в мешках.
- 7.

Ведущий: Ну что Поросёнок теперь ты понял, что нужно дружить со спортом и не лениться.

Поросёнок Шпунтик: Да конечно, я всё понял!

Ведущий: Вот и закончился наш праздник! Молодцы! Вы ловкие, смелые, быстрые.

Игры даром не прошли,
Нам здоровье принесли.
Мы играли и плясали,
Чемпионами мы стали.

Подготовил: инструктор
по физической культуре (плавание)
Диннер Л.А.

Нижевартовск 2013г.