Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Теремок» общеразвивающего вида с. Красноусольский МР Гафурийский район Республики Башкортостан

Спортивное развлечение

«День здоровья»

Инструктор по физической культуре:

Алекберова Т.В.

с. Красноусольский

2023г.

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи:**

1. Продолжать укреплять здоровье детей, развивать физические качества.
2. Совершенствовать у детей умения использовать ОВД в играх-эстафетах. Развивать ловкость, быстроту, выносливость.
3. Формировать у детей навыки ритмических движений в соответствии с характером музыки, умение передавать через движение ее эмоционально-образное содержание. Развивать навык выразительного чтения стихотворений.
4. Воспитывать организованность, самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения.

**Ход праздника**

**Ведущий:**

Приглашаем всех сейчас

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас

***(под спортивный марш входят в зал дети, садятся).***

**Ведущий:**

Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник «Всемирный день здоровья». Улыбкой светлой, дружным парадом День здоровья начать нам надо. Давайте все дружно крикнем Дню здоровья: «Ура! Ура! Ура!»

Кто скажет, что значит быть здоровым? (ответы детей). Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом, делать зарядку, закаляться. И, конечно, мыть руки перед едой, чистить зубы утром и вечером перед сном. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться. Давайте подвигаемся, а лучше посоревнуемся.

**Ведущий:**

Внимание, внимание!

Начинаем соревнования!

Громко крикнули тогда

Вы уже готовы?.. Да!

*Стук в дверь.*

**Ведущий:**

Что за гость спешит на праздник?

Как зовут его, узнай?

А для этого загадку поскорее отгадай:

Приходи к нему лечиться

Зверь любой, любая птица.

Всем помочь он поспешит

Добрый доктор…

**Дети:** Айболит.

**Айболит:** Ох, дети, еле-еле успел. По полям, по лесам я бежал и все время шептал: детский сад, детский сад, детский сад. И вот я здесь! У вас ангина?

**Дети:** Нет.

**Айболит:** Скарлатина?

**Дети:** Нет!

**Айболит:** Холерина?

**Дети:** Нет!

**Айболит:** Аппендицит?

**Дети:** Нет!

**Айболит:** Так вы здоровы?

**Дети:** Здоровы!

**Айболит:** А к проверке готовы?

**Дети:** Готовы!

**Айболит:** Так-так-так! Дышите – не дышите! Все в порядке, отдохните! Руки вместе поднимите, превосходно, опустите, наклонитесь, станьте прямо, улыбнитесь. Да, я доволен осмотром, здоровы, действительно здоровы! Можно начинать состязания. Я слышу какой-то странный звук!

*Вбегает Баба-Яга. Она держится за сердце, за поясницу, охает.*

**Айболит:** Баба-Яга, что с тобой, ты заболела? Вставай, у ребят сегодня спортивный праздник.

**Баба-Яга:** Еле-еле тебя догнала, Айболит, худо мне. Все болит, все хрустит.

**Айболит:** А что ты кушаешь?

**Баба-Яга:** Чипысы…(перечисляет вредные продукты), Сникересы очень люблю!

**Айболит:** Ты неправильно питаешься.

Будешь кушать «Сникерс» сладкий,

Будут зубы не в порядке.

Если кто не верит –

На себе проверит.

Ребята, какую еду, что нужно кушать, чтобы быть здоровым и сильным?

**Дети:** Овощи, фрукты.

**Айболит:** Скоро лето, поспеют ягоды, вырастут фрукты и овощи. Ешьте их как можно больше, ведь это живые витамины! Но не забывайте, что их нужно мыть водой, а руки – мылом.

От простой воды и мыла у микробов тает сила.

**Айболит:** А что ты любишь пить?

**Баба-Яга:** Фанту, колу, спрайт.

**Айболит:** Ой-ой-ой! Ты же губишь себя! А поведай-ка мне, голубушка, о своем двигательном режиме. А скажи-ка, Яга, чем ты занята по утрам?

**Баба-Яга:** Я, ребята, долго сплю,

До полудня я храплю.

**Айболит:** Расскажи, но по порядку,

Часто делаешь зарядку?

Спортом занимаешься?

Водою обливаешься?

**Баба-Яга:** Нет! Зарядки-то, ребята,

Я не делала никогда!

**Айболит:** Ребята, перед нами типичный случай, и мы сможем Яге помочь, мы научим ее вести здоровый образ жизни! Яга, все твои неприятности от того, что ты ведешь неправильный образ жизни, и если ты будешь продолжать, то можешь оказаться в больнице.

**Баба-Яга:** Ой, я не хочу в больницу! Я хочу вести здоровый образ жизни, только я не знаю, что это такое! Научите меня!

**Айболит:** Ну что ж, начнем! Предлагаю нам немного размяться!

Песня игра.

**Баба-Яга:** Ой, вот это я наразмяналась… Ребятки, у меня в избушке завалялися игрушки. Я хоть и старенькая, а играть страсть, как люблю.

А теперь, мои ребятки,

Отгадайте-ка загадку:

Круглый, мягкий, полосатый,

Нравится он всем ребятам.

Может долго он скакать

И совсем не уставать!

**Дети:** Мяч!

**Ведущий:** Бабушка Яга, а ты знаешь, какой это полезный предмет? Ведь с мячом можно выполнять различные упражнения и даже соревноваться. И не случайно ты, наверное, к нам попала именно в этот день. Сегодня Всемирный день здоровья. У наших ребят соревнования. Они нам покажут, какие они сильные и ловкие, а ты посмотри и поучись.

**Айболит:** С вами буду я играть,

Правил, чур, не нарушать.

Травму чтоб не получить

Аккуратным надо быть.

**Ведущий:** Команды-стройся!

1. «Передай мяч»
2. «Не урони»
3. «Соберись на прогулку»
4. «Полет на метле»
5. «Сквозь игольное ушко»
6. «В магазин за продуктами»
7. «Конкурс капитанов»

**Баба-Яга:** Ой, спасибо вам, ребятки. Набегалась, напрыгалась и оздоровилась. Проживу теперь еще лет 200.

Слышь, Айболит. Уже сердце не болит. И спина-то не скрипит.

**Ведущий:** Вот настал момент прощанья.

Всем спасибо за внимание.

За задор и звонкий смех,

За огонь соревнованья, обеспечивший успех.

**Айболит:** В мире нет рецепта лучше: будь со спортом неразлучен.

Проживешь ты до ста лет! Вот и весь секрет.

Праздник завершать пора. Крикнем празднику: «Ура!»

Получите от меня витамины (раздает яблоки).

*(дети под музыку маршируют и выходят из зала).*