Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Улыбка»

Спортивное развлечение

«Быть здоровым я хочу, пусть меня научат!»

Воспитатель: Федюшкина Е.А

Павловск.2021

**Ход развлечения**

Команды под маршевую музыку обходят площадку, выстраиваются около лавочек.

**Ведущий:**

На спортивную площадку, Приглашаю, дети, вас! Праздник спорта и здоровья, Начинается сейчас!

**Здравствуйте!**

Команды садятся на лавочки.

**Ведущий:**

А вы знаете, что не просто друг друга поприветствовали, а подарили друг другу частичку здоровья. Потому что слово «здравствуй» означает «желаю здоровья».

Кто ответит, что значит быть здоровым?

Правильно, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться. Я хочу посмотреть, какие вы ловкие, сильные, выносливые. Чтоб быть здоровым, нужно каждое утро делать зарядку. А вы делаете?

**Разминка «Солнышко лучистое»** (под музыкальное сопровождение)

**Ведущий:**

Молодцы. Размялись? А что еще нужно, чтобы быть здоровым? (заниматься физкультурой).

Давайте проверим, какие вы ловкие и смелые.

Команды: «Витаминка» и «Неболейка».

1. **Задание «Донеси - не урони»**

Красиво ходить, стоять и сидеть

Каждый ребенок должен уметь,

Ну-ка, посмотрим, как каждый

Из вас сделает это прямо сейчас.

**Выполнение задания:** дети каждой команды по очереди несут на голове мешочек с песком до ориентира (конуса) и возвращаются бегом. Передают эстафету следующему касанием руки.

**Ведущий:**

Чтобы быть здоровым, нужно правильно питаться. Не все продукты полезны. Знаете ли вы, вредные и полезные продукты, я сейчас и проверю. Я задам каждой команде вопросы, а вы будете отвечать «совершенно верно!», если это правильно, или молчать, если не правильно.

**2.Задание «Совершенно верно!»**

Выполнение задания:по очереди каждой команде задается вопрос, дети отвечают хором.

1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,

И тогда ты точно будешь очень строен и высок (совершенно верно!)

2**.** Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:

Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу мед и виноград(совершенно верно!)

3. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить

Ешь конфеты, жуй ирис, строен, будь, как кипарис (молчат)

4. Не забудь перед обедом пирожком перекусить.

Кушай много, чтобы больше свой желудок загрузить (молчат)

5. Нет полезнее продуктов - вкусных овощей и фруктов. И Сереже и Ирине всем полезны витамины (совершенно верно!)

6. Наша Люба булки ела и ужасно растолстела.

Хочет в гости к нам прийти, да в дверь не может проползти (молчат)

7. Лук, петрушка и капуста, ты попробуй это вкусно (совершенно верно!)

8. Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,

Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся (совершенно верно!)

**Ведущий:**

Чтобы быть здоровым, нам нужны витамины.Только наши витамины (шары) рассыпались, а их нужно собрать.

**3.Задание «Собираем витамины**»

**Выполнение задания:** дети стоят в колонне. Напротив команды, стоят ворота, за воротами - корзина. Нужно добежать до ворот, пролезть под ними, взять один шар (витаминку), добежать до команды, положить шар в корзину своей команды. Каждый игрок может брать только один шар.

**Ведущий:**

«Чистота – залог здоровья» - эта пословица вам известно давно. Что вы можете сказать?

**Дети**: ходить опрятными, чистыми, хорошо выглядеть.

**Ведущий:** какие правила гигиены ребята мы с вами соблюдаем дома и в детском саду? (Мы умываемся по утрам и вечерам, чистим зубы и др.)

– Как попадают микробы в организм? (при чихании, кашле не прикрывая рот; если не мыть руки перед едой, после туалета; не мыть овощи, фрукты.)

– Что нужно выполнять, чтобы уберечься от них? Правильно, следить за чистотой.

**4. Задание «Боремся с микробами»**

Выполнение задания: добежать с веником до конца зала, замести кубик (микроб) на совок. Выбросить в мусорное ведро, вернуться к команде, передать эстафету.

**Ведущий:**

- Вы очень хорошо потрудились. А умеете ли вы быть дружной командой?

**5.Задание «Сороконожка».**

Выполнение задания: команды строятся в две колоны по одному, дети кладут руки друг другу на плечи. Надо добежать всей командой до финиша и вернуться на стартовую черту, не разорвав цепь.

**Ведущий:**

Наш физкультурный праздник подошел к концу. По результатам подсчета голосов победила - дружба!

**Ведущий:**

Награждается команда «Неболейка»…

Капитан команды получает грамоту, сладкое угощение для всех участников команды.

Поздравляем вас! Дарим карту по которой команда находит подарок!

