МБДОУ «Детский сад «Жемчужинка»

**«День Здоровья»**

**развлечение для всех групп детского сада**

Подготовила и провела воспитатель физо: Шумкова О.В.

Цель: Закреплять у детей знание о различных видах спорта, приобщать детей к занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни.

Задачи:

* - Воспитывать аккуратность, чувство взаимопомощи;
* - Развивать двигательные навыки;
* - Выполнять физические упражнения слажено, дружно;
* - Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;
* - Способствовать у детей чувству удовлетворения от двигательных заданий;
* - Создать радостное эмоциональное настроение.

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

Улыбкой светлой,

Дружным парадом

День Здоровья начать нам надо.

Кто скажет, что значит «быть здоровым?». (ответы детей) Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться, есть побольше витаминов и полезные продукты. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться.

**Ведущий:**  Нам здесь некогда скучать пора разминку начинать (дети подготовительной группы танцуют танец «халахуп»).

**Ведущий** : А теперь.  ребятки, отгадайте-ка загадки

Я начну, а вы кончайте, дружно вместе отвечайте:

1. Игра веселая футбол, Уже забили первый …  (гол)

2. Вот разбежался быстро кто- то и без мяча влетел в …. (ворота)

3. В небо ласточкой вспорхнет, рыбкой в озеро нырнет (прыжки в  воду)

4. На льду я вычертил восьмерку- поставил тренер мне пятерку. Что это за вид спорта? (фигурное катание)

5. «Длинная, не палка, быстрая, не галка, с ней так весело скакать. Что это?» (скакалка)

**Ведущий:** Молодцы! А какие еще виды спорта вы знаете?   (дети называют названия)

*Неожиданно в зал вбегают «Ох» в валенках и шапке и «Ах» в спортивной форме.*

**Ох:** Ох, как я устал! Ох, какой я больной! Ох, как мне холодно!

**Ах:** Ах, как хорошо! Ах, я, кажется, попал на праздник! Ах, как будет весело!

**Ведущий**: Кто вы? Как вас зовут?

**Ах**: Я –Ах!

**Ох:** Я – О-ох! (*Хватается за спину)*Ох, как болит!

**Ведущий**: Вот оно что! Вы Ох и Ах. Пришли к нам в гости, на нас посмотреть и себя показать?

**Ах**: Ах, как хорошо!

**Ох**: Ох, я ударился! У меня бок болит!

*(Ох падает, Ах пытается поднять его за ногу, потом тащит за руку.)*

**Ах**: Да ты сядь, посмотри на детей, может и научишься как стать сильным и закаленным.  (*Ох садится.)*

**Ах**: Послушай, Ох, что ты так закутался? Шапка, шарф. Ты почему не закаляешься?

**Ох**: Ох, простужусь!

**Ах:** А ну, снимай ушанку. Делай со мной зарядку.

*(Показывает движения*: Раз-два! Раз-два! *Ох неумело повторяет.)*

**Ах**: Ничего у тебя не получается, давай лучше поиграем с ребятами.

**Игра «Карлики и великаны»**

Дети стоят возле стульчиков.  Если ведущий скажет карлики,  все должны присесть на корточки и вытянуть руки вперед; если скажет великаны, все должны подняться на носки и вытянуть обе руки вверх.

**Ведущий обращается к Оху:**

Не надо бояться, что будут смеяться,

Зарядку свою не бросай никогда!

Лишь тот, кто не плачет, добьется удачи, легко, без труда!

**Ах:** Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна,

       От лени и болезней спасает всех она!

**Ведущий:**  Делу - время, час – забаве. Команда первая – направо. Тут-вторая становись!

***Ох и Ах стоят во главе команд*** (команды по 6 человек)

**Ведущий: Начинаем эстафету**:

1 эстафета «Передай флажок»

2 эстафета «Пролезь в обруч»

3 эстафеты «Разложи колечки и собери»

4 эстафета «Проползи под дугой»

**Ведущий:**   Все команды хорошо играли, все сразу здоровые стали.

А теперь ребятки,   расскажите  нашим гостям стихи о пользе физкультуры.

( дети подготовительной группы читают стихи).

**Егор З.:**Чтоб расти и закаляться  
Не по дням, а по часам  
Физкультурой заниматься,  
Заниматься надо нам.  
**Леша Я.:** Чтоб расти нам сильными,  
Ловкими и смелыми,  
Ежедневно по утрам  
Мы зарядку делаем.  
**Дима С.:** К солнцу руки поднимаем,  
Дружно, весело шагаем,  
Приседаем и встаем  
И ничуть не устаем!

**Арсений**: Все здоровый образ жизни  
Мы с ребятами ведём,  
Хоть ещё мы дошколята,  
От взрослых мы не отстаём!  
**Лиза Н**.: Будем мы всегда здоровы,  
Будем крепкими расти,  
Если спортом заниматься, -  
Станешь самым сильным ты!  
**Лева**: Про таблетки и лекарства  
Позабудьте навсегда,  
Пусть у вас друзьями станут  
Солнце, воздух и вода!

**Ведущий:**  Мы ничуть не унываем, в новую игру играем.

Мяч по кругу покатился, а потом остановился.

Ты внимательно смотри, вместе с мячиком замри! Слово нужное скажи!

**Игра «Мяч по кругу»**

Дети  встают в круг и под музыку передают друг другу мяч, музыка останавливается и у кого в руке мяч называет полезные для здоровья фрукт или овощ.

**Ведущий:** Молодцы ребята!

(дети старшей группы читают стихи)

**Даша К:** Будь здоров, не болей,

Это просьба всех людей.

«Здравствуй» стоит лишь сказать,

И не надо объяснять:

Быть здоровыми хотим

И об этом говорим.

**Даша В**: Кто следит за физкультурой,

Тот сияет красотой.

У того и в самочувствии

Удивительный настрой.

**Егор:** Заниматься не ленись,

Физкультура – это жизнь!

Ты всегда спортивным будь –

Про болезни позабудь!

**Степан**: Мы ребята боевые

И под силу нам вполне.

Все рекорды мировые

Подарить родной стране.

**Настя**: Перед тем как нам расстаться

И уйти всем по домам.

Хочется нам попрощаться

Пожелав при этом вам.

**Надя:** Чтобы вы здоровы были

И про спорт не позабыли.

Чтобы праздник отмечали,

Но про спорт не забывали.

**Ох и Ах**: Ребята, вы большие молодцы, мы видели, как вы дружно играете, соревнуетесь, какие вы быстрые, ловкие, находчивые. Мы хотим вам подарить витамины с ветки, дети угадайте, что за витамины растут на ветках (ответ детей) , дарят яблоки.

**Ох:**  Вот за праздник ваш веселый  я вас всех благодарю!

**Ах:**  И подарок витаминный  на здоровье вам дарю!

**Ох и Ах** прощаются с детьми, желают им крепкого здоровья  и возвращаются в свою сказочную страну

***Ах и Ох****вместе:*Вот настал момент прощанья.

     Всем спасибо за внимание,

     За задор и звонкий смех,

     За огонь соревнованья,

     Обеспечивший успех.

**Ведущий**:     Праздник завершать пора-

          Крикнем празднику: Ура! Ура! Ура!

          (Дети выходят из зала под  музыку «Закаляйся»)