МБДОУ «Детский сад «Жемчужинка»

**Сценарий спортивно – развлекательного мероприятия: «Здоровей-ка»**

Руководитель ФИЗО: Шумкова О.В.

**Цель:**

Совершенствовать изученные навыки основных движений в игровой деятельности;

**Задачи:**

* Способствовать формированию основ здорового образа жизни, воспитывать чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;
* Доставить детям радость от участия в подвижных играх;
* Учить детей взаимодействию со сверстниками, способствовать сплочению детского коллектива;
* Развивать координацию движений, ловкость, быстроту реакции, выносливость

Виды детской деятельности: двигательная, коммуникативная, игровая, музыкально- художественная.

Персонажи: Ведущий- Андрейка- Неболейка, Баба Яга, Доктор Айболит.

Музыкальное сопровождение: спортивный марш, ритмичная музыка для ОРУ, музыка под выход Бабы Яги, для проведения эстафет, под выход Доктора Айболита, аудиозапись «Шум дождя» для выполнения массажа.

Ход развлечения. В зал входит Анрейка-Неболейка.

Андрейка. Здравствуйте, ребята! Я-Андрейка- Неболейка. Приглашаю все на спортивный праздник! Будем бегать, играть, соревноваться! Как вы думаете, зачем нужно заниматься физкультурой?

Дети. Для того чтобы быть здоровым?

Андрейка. Вы скажите мне, ребятки, утром делали зарядку?

Дети. Да!

Андрейка. В две шеренги становитесь, подтянитесь, улыбнитесь! Начинается зарядка!(под ритмичную музыку дети выполняют общеразвивающие упражнения по показу педагога). По музыку вбегает Баба Яга.

Баба Яга. Ой, чем это тут вы занимаетесь? И меня не позвали!

Андрейка. Мы делали зарядку. А сейчас мы отправляемся в путешествие в Страну здоровячков. Баба яга, ты с нами пойдешь?

Баба Яга.

Анрейка. В путь — дорогу собираемся,

 За здоровьем отправляемся,

 Впереди препятствий много-

 Будет трудная дорога!

Андрейка. Ой, какая незадача: в горах случился обвал и наш путь преградили камни, которые нам придется убрать!

 Эстафета «Перенеси больше предметов»

Дети делятся на две команды. Перед каждой командой корзина, в 6-7 шагах от стартовой линии — в произвольном порядке лежат мелкие предметы. Количество предметов в 5-6 раз превышает количество участников команды.

 Первые участники бегут к «завалу», «змейкой» обегая кегли, и переносят предметы двумя руками в корзину, находящуюся возле стартовой линии; передав эстафету следующему участнику, встают в конец колонны. Следующие участники выполняют те же действия.

Андрейка. Объявляю привал! Баба Яга, мы с ребятами хотим проверить, знаешь ли ты предметы личной гигиены. Я буду загадывать загадки, а ты попробуй отгадай.

Андрейка-Неболейка загадывает загадки, Баба Яга отвечает неправильно, затем дети дают верный ответ.

 Ускользает как живое,

 Но не выпущу его я.

 Белой пеной пенится

 Руки мыть не ленится. (мыло)

Мягкое, пушистое,

Чистое-чистое.

Об него мы руки вытираем

И на место убираем. (полотенце).

Андрейка. Дарим тебе, Баба Яга, предметы личной гигиены. Пользуйся ими каждый день, и ты станешь не только красивой и опрятной, но и здоровье сохранишь.

Дети вручают Бабе Яге полотенце, мыло.

Андрейка:

Игра на внимание «Здоровое питание».

Чтобы здоровым оставаться, всем нужно правильно питаться! Нужно быть внимательными: если в стихотворении говорится про полезную еду, вы это подтверждайте и отвечайте на вопрос «да», если про неполезную - отвечайте «нет».

Каша - вкусная еда. Это нам полезно?

Дети (хором). Да!

Лук зеленый есть всегда Вам полезно, дети?

Дети (хором). Да!

В луже грязная вода. Пить ее полезно?

Дети (хором). Нет!

Щи - отличная еда. Щи полезны детям?

Дети (хором). Да!

Мухоморный суп всегда есть полезно детям?

Дети (хором). Нет!

Фрукты - просто красота! Это нам полезно?

Дети (хором). Да!

Грязных ягод иногда съесть полезно, детям?

Дети (хором). Нет!

Овощей растет гряда. Овощи полезны?

Дети (хором). Да!

Сок, компоты на обед пить полезно детям?

Дети (хором). Да!

Съесть мешок большой конфет - Это вредно, дети?

Дети (хором). Да!

Лишь полезная еда на столе у нас всегда!

А раз полезная еда - Будем мы здоровы?

Дети (хором). Да!

Андрейка. На нашем пути — высокие горы. Не беда: мы можем перейти их через тоннель.

Эстафета. «Гусеница».

Дети делятся на две команды. Участники каждой команды выстраиваются на расстоянии выпрямленных рук, поставив ноги на ширине плеч. Участники, замыкающие колонны, начинают ползти на животе вперед между ногами игроков своей команды. За ним поточно ползут и остальные.

Андрейка. Вот и капли- «капитошки»

 Застучали по дорожке.

 Тучка надвигается,

 Дождик начинается!

 Массаж «Веселые капельки»

Дети встают по кругу и выполняют массаж под звучание записи «Шум дождя».

*«Дождь начинается» - легкое касание пальцами.*

*«Сильный дождь» - активное касание всеми подушечками пальцев рук.*

*«Ливень» - массаж ладонями, поглаживание сверху вниз.*

*«Дождь прекращается» - постепенное возвращение к пальцевому массажу.*

Баба Яга. Запомню ваш массаж и буду делать его со своими лесными друзьями.

Андрейка. После дождя такой свежий и влажный воздух... Как вы думаете, чистый воздух полезен для здоровья?

Дети. Да полезен.

Андрейка. Ура! Мы добрались до Страны здоровяков!

 Что за гость нас здесь встречает?

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!

Под музыку входит Доктор Айболит.

Айболит. Здравствуйте, детишки, девчонки и мальчишки! Я рад приветствовать вас в Стране здоровячков. С чем вы пожаловали?

Андрейка. У нас сегодня праздник здоровья. Мы знакомим Бабу Ягу с правилами здорового образа жизни.

Айболит. Вот теперь мне все понятно.

 Рад за вас я от души,

 А знакома вам зарядка,

 Дорогие малыши?

Дети. Да!

Айболит. Замечательно, друзья! Я вам дам полезные советы, как сохранить и укрепить здоровье. А сейчас будем играть и здоровье укреплять.

 Эстафета «Доктор Айболит»

Дети делятся на две команды. У капитанов в руках по одному «градусники». Напротив каждой команды на стуле сидит ребенок, которому нужно «смерить температуру». Первый участник бежит, «ставит градусник», возвращается к своей команде. Второй участник бежит, забирает у больного и бегом возвращается к команде.

После эстафеты дети садятся на месте.

Айболит. Молодцы, ребята! Вижу все вы ловкие и быстрые. А умеете ли вы отгадывать загадки о здоровье? Сейчас проверим. Отвечайте хором.

1. Чтоб здоровым, чистым быть,

 Нужно руки..... (с мылом мыть).

2. Здоровье в порядке-

Спасибо.... (зарядке).

3. Защититься от ангины

Нам помогут ….. (витамины).

Андрейка. Молодцы, все загадки разгадали! Наше путешествие в Страну здоровячков подошло к концу. Доктор Айболит, вы обещали нам дать советы, чтобы быть здоровыми.

Айболит. Совет №1. Рано утром просыпаться,

 И водичкой умываться,

 И зарядкой заниматься

 Обливаться, вытираться,

 Аккуратно одеваться.

Совет №2. Чтобы ни один микроб

 Не попал случайно в рот,

 Руки мыть перед едой

 Нужно мылом и водой.

Совет №3. Свежим воздухом дышите

 По возможности всегда,

 На прогулке в лес ходите-

 Он вам силы даст, друзья.

Дети благодарят Айболита за советы, он прощается и уходит.

Андрейка: Игра «Сохрани здоровье».

-Ну а теперь вспомним, как же мы бережем свое здоровье?

Если вы согласны с моими словами - говорите: «Мы», если не согласны – молчите.

- Кто тут с мамою за руку вовремя приходит в группу? – Мы!

- Кто из наших малышей, ходит грязный до ушей?

- Кто из нас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру? – Мы!

- Кто мороза не боится, на коньках летит как птица? – Мы!

- Кто застегнут до ушей и в мороз, и в жаркий день?

- Режим дня кто соблюдает и здоров всегда бывает? – Мы!

Андрейка: Ребята, вы все просто на «отлично» знаете, как нужно сохранить свое здоровье

Баба Яга. Спасибо, ребята, теперь я все знаю о правилах гигиены и о здоровье. Так здорово, что я подружилась с вами! Мне пора уходить. Расскажу всем сказочным героям о здоровье! До встречи.

Андрейка. Я желаю вам, ребята, расти послушными и здоровыми на радость вашим папам и мамам (угощают детей яблоками).