Негосударственное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 31 ОАО «РЖД»

***Спортивный праздник «Быть здоровыми хотим».***

**Составила руководитель физвоспитания: И. Б. Порхачева.**

**20.03.15г**

**г. Черняховск**

**Праздник «Быть здоровыми хотим». 20.03.15г**

Участники: старшие группы, зрители - 1младшая.

Действующие лица: ведущий, доктор Айболит, Карлсон, Гигиена, Грязь

***Задачи:***

- закрепление  представление о здоровом образе жизни;

- уточнить значимость питания для ценности здоровья;

- развивать чувство коллективизма,  ответственности, сплоченности.

***Оборудование:***

Обручи, мячи, фишки, канат

***Место проведения:***

 Музыкальный зал

    Дети входят в зал в колонне по одному, перестраиваются в две колонны, останавливаются в центре зала.

**Ведущий:** Дорогие дети, сегодня у нас с вами особый праздник. Мы будим веселиться и многому учиться: как здоровыми быть: как фрукты и овощи мыть, как витамины принимать и про спорт не забывать! Вы к празднику готовы?

**Дети:** Готовы!

**Ведущий:** Чтоб простуды не бояться надо спортом… **Дети:** спортом заниматься.

Приготовьтесь к разминке «*КАПИТОШКА»*

**Внимание** пора начинать соревнования!

**Эстафета «**Мы быстрые**»** (бег змейкой)

**Ведущий**: Тише, ребята, я слышу звон колокольчика. К нам едут гости! (*все прислушиваются*). А вот кто к нам едет, вы узнаете, когда отгадаете загадку:

*Лечит маленьких детей,*

*лечит птичек и зверей,*

*а сейчас он к нам спешит.*

*Добрый доктор…*

**Дети**: Айболит.

*Приезжает доктор со зверятами.*

**Доктор Айболит:** Я приехал к Вите,

Я приехал к Оле,

Здравствуйте ребята!

Кто у вас тут болен?

**Ведущий:** Здравствуй Доктор Айболит! Все ребята здоровы, потому что со спортом дружат и любят овощи и фрукты кушать.

Ребята, перед тем как кушать, что надо сделать?

**Дети:** Каждый раз перед едой надо руки мыть водой?

Ведущий: А что ещё?

**Дети:** Чтобы быть здоровым, сильным, надо заниматься зарядкой…

**Д.А.:** Молодцы, ребята! Всё знаете! Давайте праздник продолжать. Моих друзей возьмите к себе в команду?

**Эстафета «**Мы ловкие» (проползти в тоннель, встать на степ и хлопнуть в ладоши)

**Эстафета «**Мы умелые» (прыжки из обруча в обруч)

**Ведущий:** Ребята! Где-то я слышу стоны, видимо кому-то нужна помощь Д.А.(*охая со стороны идёт Карлсон*)

**Карлсон:** Я самый несчастный, я самый больной!

Ой не могу, помогите!

**Д.А.:** Что с тобой случилось?

**Карлсон:** Мой самый красивый живот болит. Пропадаю!

**Д.А.:** Карлсон , что ты сегодня ел?

**Карлсон:** Яблоки самые красивые ел!

**Д.А.:** Да! А фрукты перед едой мыл?

**Карлсон:** А зачем? Они и так были красивые, вкусные.

**Д.А.:** Каждый раз перед едой нужно фрукты мыть водой.

**Дети:** Чтобы быть здоровым, сильным, мой лицо и руки с мылом!

**Д.А.:** Слышал, Карлсон ?!

**Карлсон:** Я самый лучший в мире понимальщик, я всё понял! А как же мой самый лучший в мире живот?

**Д.А.:** Сейчас полечим. Выпей микстуру!

**Карлсон:** А может лучше варенье?

**Д.**А.: Да нет дорогой Карлсон, варенье тебе не поможет. Придётся выпить микстуру, а то я тебе сделаю укол.

**Карлсон:** Ой, не надо уколов! Я лучше выпью микстуру.(*Пьёт микстуру*) У меня уже ничего не болит. Вот видите, я же говорил, что я самый лучший в мире неболельщик (поглаживает живот). Спасибо, доктор! Спасибо, дети! Теперь я здоров, хочу с ребятами поиграть, посоревноваться.

**Ведущий:** Карлсон, мы для начала, научим тебя делать массаж.

****Массаж: «Поезд»**

Рельсы - рельсы, кух - кух, шпалы - шпалы, тух -тух

Ехал поезд, чух - чух, запоздалый, чух - чух.

Из последнего окошка вдруг посыпался горошек,

Бух – бух – бух - бух - бух.

Пришли куры, ко - ко - ко.

Поклевали, ко - ко - ко.

Пришли козы, ме-е - ме-е

Пощипали ме-е - ме-е.

Пришёл слон, потоптал,

Конь ему помогал, топ, топ, топ, топ, топ.

Прилетали мошки, подьедали крошки,

Прилегали пчёлки, покусали колко.

От зелёного горошка не осталося ни крошки, не осталося!

**Эстафета: «Передача мяча над головой».**

Побеждает та команда, которая быстрее передаст мяч, последний – встаёт первым и поднимает мяч вверх.

**Эстафета: «Прокати мяч в обруче».**

**Прилетает ласточка (**девочка): Доктор Айболит!Вам срочная телеграмма! (*Читает телеграмму*)

** «Приезжайте, доктор, в Африку скорей, и спасите, доктор наших малышей. Ах, беда, у них ангина, малярия и бронхит. Приезжайте поскорей, добрый Доктор Айболит». (*Айболит прощается и уезжает*).

**Ведущий:** Карлсон, ты хочешь с ребятами поиграть?

Игра с малышами «Карусели».

**«Перетяни канат»,** за один конец Карлсон с двумя помощниками, за другой девочки.Карлсон проигрывает.

**Карлсон**: Пойду, потренируюсь. Уходит.

(Звучит музыка, появляется Гигиена) Гигиена: Добрый день я чистота! С вами быть хочу всегда. Сначала познакомлюсь с вами, чтобы стали мы друзьями.

**Ведущий:** Вот  Артур, Арина, Даша,  вот Егор, Маша  вот Кирилл, а рядом Лена, а вас зовут как?

**Гигиена:** Гигиена! Я пришла вас научить, как здоровье сохранить!  
Загадаю вам загадки, назовите мне отгадки:

1. Хожу, брожу не по лесам, а по усам по волосам (расческа)

2.Мудрец в нем видел мудреца, а баран – барана, овцой остается им овца, и обезьяной -обезьяна, но подвели к нему Васю Баратова, и он увидел неряху лохматого (зеркало)

3.Ускользает как живое, но не выпущу его я, белой пеной пенится, руки мыть не ленится (мыло)

**4.Лег в карман и караулит реву плаксу и грязнулю, им утрет потоки слез, не забудет и про нос (носов.платок)

Молодцы ребята, все вы верно угадали.

Много грязи вокруг нас и она в недобрый час, принесет нам вред,  болезни, но я дам совет полезный, мой совет совсем не сложный, с грязью будьте осторожны.

**(Появляется Грязь) Грязь:** Вы про грязь, а я уже у вас! (постоянно чешется, идет к Гигиене)

**Гигиена:** Ты ко мне не приближайся! Ты ко мне не прикасайся!

**Грязь:** Ах, ах, какое платье, да ведь не на что смотреть, я б такое не надела, у меня другое дело! От борща пятно большое, вот сметана вот жаркое, вот мороженое ела, это-в луже посидела, это клей, а здесь чернила, согласитесь очень мило, я наряд свой обожаю, на другой не поменяю, я открою вам секрет, лучше платья просто нет! (идет и марает всех грязью, прикасается)

Вам мальчишки и девчушки приготовила частушки, если мой совет хороший вы похлопайте в ладоши, на не правильный совет говорите: нет, нет, нет!

1.Блеск зубам чтобы придать, крем сапожный нужно взять, выдавить пол тюбика и почистить зубики. Это правильный совет- нет, нет, нет!

2.Гигиена: Навсегда запомните милые друзья, не почистив зубы спать идти нельзя. Если мой ответ хороший, вы похлопайте в ладоши!

3.Не грызите лист капустный, он совсем, совсем не вкусный, лучше ешьте шоколад, вафли сахар мармелад. Это правильный совет-нет, нет, нет!

4.Гигиена: Постоянно нужно есть для зубов для ваших, фрукты овощи омлет, творог, простоквашу. Если мой ответ хороший вы похлопайте в ладоши!

5.Чтобы зубы укреплять полезно гвозди пожевать. Это правильный совет- нет, нет, нет!

6.Гигиена: Запомните что не полезно, грызть зубами нам железо! Если мой ответ хороший вы похлопайте в ладоши!

**Гигиена:** Молодцы ребята, не ошиблись! А теперь я вам предлагаю поиграть!

**Игры-эстафеты:** «Встречаем гостей»- «Поезд»

**Эстафета:** «Подмети мусор» (веник шарик)

**Грязь:** Плохи совсем мои дела, и здесь друзей я не нашла! Уходит.

**Ведущий:** Очень рада я сегодня и совет такой вам дам –

**Занимайтесь физкультурой по утрам и вечерам!

За упорство и за смелость я вас всех благодарю,

И на следующий праздник непременно всех вас жду!

Здоровья вам, друзья!

И до новых встреч!

***Танец «Хула-хуп»***