**Сценарий спортивно-развлекательного мероприятия в подготовительной группе «Учим детей быть здоровыми»**

**Автор: инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад №21» - Петрова Марина Анатольевна**

**Программные задачи:** Уточнить и закрепить знания детей о своем организме. Дать понятие о необходимости заботиться о своем здоровье, заниматься спортом, закаляться. Подкрепить уверенность в необходимости вести здоровый образ жизни.

**Участники:**

Команда «Неболейка» (дети подготовительной группы и их родители).

Команда «Витаминка» (дети подготовительной группы и их родители).

**Ход**.

Ведущий: Внимание, внимание! Приглашаем всех девочек и мальчиков, а так же их родителей на праздник, посвященный здоровому образу жизни.

Звучит музыка Ю. Верижникова «Будь здоров».

Ведущий: Мы рады приветствовать наших участников - команды «Неболейка» и «Витаминка», а также наших болельщиков. На сегодняшнем празднике мы будем учить друг друга быть здоровыми. Еще в давние времена русский народ сложил такие пословицы: «Здоровому духу все под силу», «Здоровье – дороже денег», «Лучше быть бедным но здоровым, чем богатым и больным». А в наше время все знают, что без спорта нельзя быть здоровым.

Всем ребятам мой привет

И такое слово

Спорт любите с детских лет,

Будете здоровы.

Хочу предложить начать наш праздник с физической разминки.

Участники встают в круг. Звучит музыка композитора Вощенко «У всех своя зарядка».

Звучит песня «На зарядку» муз. и сл. Т. Маслякова.

Разминка:

Ведущий:

Наши участники постарались, но, чтобы быть здоровыми, зарядкой заниматься мало, нужно правильно питаться. Сейчас мы проверим, знают ли наши мамы и дети, какие продукты полезны для детского организма, а какие вредны.

Звучит музыка В. Цветкова «Карусель».

**Игра «Рейтинг продуктов».** Детям и родителям предлагаются наборы продуктов. Одна команда распределяет по пяти местам полезные продукты, другая – вредные. Дети и родители выполняют задание раздельно.

Для команды «Неболейка»: яблоко, морковь, лук, каша, молочные продукты (кефир, творог).

Для команды «Витаминка»: кока–кола, газированная вода, чипсы, сосиски, маргарин.

Родители раскладывают продукты по местам и комментируют свою работу.

Ведущий: В этом конкурсе мы узнали о правилах правильного питания, а следующий конкур с покажет какая команда быстрее и находчивее.

Чтоб победы нам добиться,

Нужно честно потрудиться.

В играх правила все знать

И отлично выполнять.

Звучит музыка Т. Волгина «Скакалочка». Проводится эстафета с мячом.

**«Эстафета с мячом»**

Команды строятся в две колонны, передают мяч между ногами, из рук в руки. Последний игрок начинает передавать мяч вверх над головой. Первый участник должен с мячом добежать до финиша.

Ведущий: Молодцы, участники. Показали свою ловкость и взаимовыручку. А теперь следующее задание. Мы все знаем, что для здорового человека большой вред приносит курение и употребление алкоголя. С малых лет родители должны показывать пример, стараться избавляться от вредных привычек. Мы предлагаем мамам нарисовать агитационные плакаты. Команда «Неболейка» - плакат против курения. Команда «Витаминка» против потребления спиртных напитков. А чтобы вам было веселей, ребята исполнят акробатическую композицию и покажут свое умение в использовании массажеров.

Мамы рисуют плакаты и объясняют их значение. Дети выполняют под музыку перестроение, а затем идут по дорожке здоровья и работают с массажерами.

Ведущий: Большое значение для организма имеет профилактика различных заболеваний. Врачи советуют проветривать помещения, употреблять витамины, закаливать организм. Очень хорошим профилактическим средством, а также укрепляющим является использование лекарственных сборов. Сейчас предлагаю мамам из различных трав и растений составить лечебный сбор и приготовить фиточай. Команда «Витаминка» **готовит лечебный напиток**, который используют при ангине и кашле. Команда «Неболейка» для повышения иммунитета и при заболевании желудочно-кишечного тракта.

Звучит музыка Кенни Джи Шедевры инструментальной музыки «Силуэт».

Родители из предложенных трав **составляют сборы и готовят лечебные напитки.** Затем поясняют для чего нужны фиточаи и какие компоненты понадобятся для их приготовления.

Ведущая: А с ребятами мы для профилактики насморка сделаем специальный **точечный массаж.**

Дети берут коврик, садятся по-турецки и выполняют по часовой стрелке шесть упражнений точечного массажа.

Ведущий: Дорогие участники, сегодня мы познакомились с различными способами оздоравливания организма, узнали, как вести здоровый образ жизни. А сейчас я предлагаю вам немного отдохнуть и выполнить релаксационное упражнение. Такие упражнения помогают расслабиться, снять усталость в конце рабочего дня.

Релаксационное упражнение «Воздушные шарики».

Звучит музыка Т.Юрченко «Волшебный мир детства». Все участники ложатся на коврики, звучит спокойная музыка, зажигается арома-лампа с маслом эвкалипта.

Ведущий: А теперь предлагаю командам занять свои места. Давайте попробуем лечебные напитки, которые приготовили наши мамы. Это поможет нам укрепит организм перед зимними холодами.

Дети и родители пьют фиточай.

Ведущая: В конце нашего праздника хочется поблагодарить наших участников и вручить им почетные грамоты и памятные подарки.

Ведущий вручает детям памятные подарки, а родителям почетные грамоты.

Звучит музыка Ю. Верижникова «Будь здоров». Под аплодисменты участники выходят из зала.

Сценарий летнего спортивного праздника
«Здравствуй лето»

**Ход**

*Построение в колонну по одному.*

*Звучит спортивный марш, в колонне друг за другом, воспитатель идет первым, команды выходят на площадку, делают круг почёта, останавливаются в одной шеренге приветствие участников и болельщиков.*

Ведущий:

Очень любят дети лето.

Оно солнышком согрето.

Солнце, воздух и вода –

Наши лучшие друзья,

Потому что закаляют

И здоровье укрепляют.

Здравствуйте ребята! Сегодня мы собрались здесь с вами чтобы встретить первый день лето, посмотреть какими вы сильными стали за год, по играть и повеселиться.

Приветствие участников! (команда называет свое название, и произносят речевку).

Ведущий: ребята, что нас летом согревает и ярко светит?

Дети отвечают: …

Ведущий: и чтоб солнышко светило лучше, подрисуем ему лучик. На старт я приглашаю команды и вот первая эстафета.

**Эстафета №1** (Подбежать с мелком к нарисованному солнышку, подрисовать один луч, бегом обратно, передать мелок следующему.)

Ведущий: Молодцы ребята, солнышко стало еще ярче светить. Но тут тучка набежала, эстафету показала.

**Эстафета №2** (С мячом в руке подбежать к нарисованному солнышку, прицельно уронить на него мяч, поймать, бегом обратно, передать мяч следующему.)

Ведущий: молодцы ребята, хорошо справились с заданием. Но тут тучка прилетала – дождик насылала. Ну, а дождик лей-лей-лей – своих капель не жалей.

**Эстафета №3** (Подбежать с ложкой к ведру с водой, зачерпнуть, быстро до солнышка, вылить воду на него, бегом обратно, передать ложку следующему.)

Ведущий: Ну и сильны вы, детвора.

Крикнем громкое «Физкульт – Ура!»

«Влетает» Карлсон: «Бж-ж-ж-ж…».

Ведущий: Ой, ребята, к нам Карлсон летит,

Смотрите, как спешит. Привет, Карлсон.

Карлсон: Здравствуйте, малыши-и-и-и… Раступись, разойдись, посадку, говорю, давай.

К вам на праздник я спешу.

И привет большой всем шлю.

Люблю я шалить, люблю я играть.

Люблю кубиками в обруч попадать.

Ведущий: Какое интересное задание придумал для нас Карлсон!

Ребята построились в команды для выполнения следующего задания. (Каждому дается по кубику, по очереди от линии старта дети кидают кубик в обруч.)

**Эстафета №4 «Попади в обруч»** (Кто больше.)

(Кубики не собирать, остаются разбросаннымию.)

Со шваброй появляется Фрекен Бок, ворчит: Набросали тут, накидали, намусорили…

(Карлсон спрятался среди детей.)

Ведущий: Да не переживайте вы так, уважаемая Фрекен Бок. Это ведь не мусор, а наши кубики, сейчас малыши их быстро уберут. (Убирают.)

Фрекен Бок: Нечего им потакать. С ними построже надо быть. Уж я-то знаю. Не даром меня считают лучшей няней маленьких детей. Я очень хорошая домоуправительница. Теперь я тут у вас буду самой главной. А с малышами я знаю как надо обращаться. Их надо всех запереть по комнатам, а ключ хорошенько спрятать, и тогда ни с ними, ни со мной ничего не случится.

Та-а-к, пошла за ключами. (Уходит.)

На передний план выходит Карлсон: Да это не домоуправительница, а домомучительница какая-то. Дети, а кто самый лучший в мире укротитель домомучительниц? (Ты-ы.)

Правильно. Сейчас мы её проведём. Цепляйтесь за мной. Полетели, спрячемся вот здесь.

Ведущий: встаем друг за другом паровозиком и полетели за Карлсоном (Воспитатели помогают построиться.)

Бег за Карлсоном в «Паровозике» (Прячутся за тюль - занавес.)

Вед и воспитатель держат тюль.

Входит Фрекен Бок, никого на площадке нет: Дети, где вы? Ау! (Ищет, «Ку-ку» - закрывает глаза.) Дети под руководством ведущего тихонько подкрадываются за спину Фрекен Бок, по сигналу хлопают в ладоши, бегают подскоками вокруг неё.

Фрекен (удивлённо): А где вы были?

Дети, ведущий: А мы так, полетали немножко с Карлсоном.

Фрекен: Как так полетали? Ничего не понимаю. Да прекратите же бегать, мельтешить. У меня от вас голова раскалывается. Надо принять пилюли. Где мои пилюли?

(Уходит, вылетает Карлсон, опять детей уводит за ширму.)

Ведущий: давайте опять спрячемся!

Появляется Фрекен Бок (опять на площадке никого нет):

Что, опять?! Малыши, где вы? Где спрятались, шалунишки. Да и где же они могут спрятаться на пустом месте. Та-а-к, это что-то с головой, пилюли не помогают. Наверное, жара действует. Надо срочно к воде, охладиться. (Подходит к надувному плескательному бассейну с водой, брызгает на себя.) Уф! Хорошо. Однако и устала же я с этими Малышами, надо поспать. (Засыпает около бассейна заранее приготовлен стул рядом с бассейном.)

Под руководством водящего, воспитателей и Карлсона дети по очереди группами подбегают к бассейну, плещутся в нём руками, Карлсон брызгает на Фрекен Бок. Та просыпается, сердится. Дети убегают на своё стартовое место. Фрекен Бок замечает Карлсона:

1. nПодождите-подождите, а это кто такой?

Так вот, кто прятал от меня всех детей?

Ну я ему сейчас… Где моя хлопалка? Бегает за Карлсоном, догоняет.

Тот резко оборачивается, говорит:

- Стоп! А у Вас молоко убежало.

Фрекен Бок: Боже мой! Молоко убежало! (Останавливается.)

Постойте, у меня же нет на плите никакого молока. (Добреет.)

Опять розыгрыш, шалунишка.

Ох, и весёлый же вы народ, Малыши!

Ведущий: Да мы же ещё и талантливые! У нас дети стихи о лете знают

1 ребенок

Мы встречаем праздник лета,

Праздник солнца, праздник света.

Приходите в гости к нам.

Рады мы всегда гостям.

2 ребенок.

Прилетят на праздник птицы

Дятлы, ласточки, синицы.

Будут щелкать и свистеть

Вместе с ними песни петь.

3 ребенок.

Зажужжат вокруг стрекозы,

Улыбнуться маки, розы.

И оденется тюльпан

В самый яркий сарафан.

4 ребенок.

Мы встречаем праздник лета,

Праздник солнца, праздник света.

Солнце, солнце, ярче грей

Будет праздник веселей.

Фрекен Бок: молодцы какие, а танцевать ваши дети умеют?

Ведущий: да, умеют

Фрекен Бок: Давай танцевать,

Будем праздник продолжать.

Общий танец.

Фрекен Бок: Хорошо у вас тут, ребята, да мне пора. Хочу я к другим ребятам сходить, про вас да про Карлсона им рассказать.

Карлсон: А зачем же рассказать, если можно показать. Я с тобой пойду, с другими ребятами пошалю. А вам гостинец оставляю и здоровья всем желаю.

Вручение подарка – конфеты, мелки и т.д.

Физкультурой занимайтесь да от солнышка, воздуха и воды здоровья летнего набирайтесь. Нас не забывайте, в гости приглашайте. До свидания. (Прощаются, уходят.)

Вед: Ребята, смотрите, какой интересный подарок нам оставили наши гости. Наверное хотели, чтоб мы таланты показали – что-нибудь интересное нарисовали.

*Звучит музыка, свободная деятельность, рисование на асфальте.*