**Физкультурное развлечение для детей старшей группы**

**«Мальчишкам – физкульт, девчонкам – ура!»**

Цель: Совершенствовать двигательные умения и навыки посредством участия в играх и эстафетах.

Задачи:

- развивать силу, ловкость, глазомер;

- формировать потребность в ежедневной двигательной активности;

- поддерживать радостное настроение;

- формировать навыки ЗОЖ, осознанного отношения к своему здоровью;

- развивать интерес к спортивным состязаниям;

Звучит песня «Из чего же сделаны наши мальчишки?» (муз. Ю. Чичкова, сл. Я. Хелемского)

**Ведущий:**

Какой чудесный день!

Кто здесь сильный?

Кто здесь ловкий?

Собирайтесь поскорей!

Прогоним мы тоску и лень!

Я желаю вам здоровья -

Крепкого на много лет,

И от всей души сегодня

Шлю вам праздничный привет!

Наш праздник посвящен Дню Здоровья и называется он **«Мальчишкам – физкульт, девчонкам – ура!»**

А в каком месяце в нашей стране проходит День здоровья?

**Ведущий:** Сегодня на празднике проверят свои силы и уменье две команды: команда мальчиков и команда девочек. Но сначала мы поиграем.

**П/И «Пограничники и нарушители»**

Дети образуют два круга – внутренний и внешний. Внутренний – пограничники - мальчики, внешний – мирные жители - девочки. Внутренний круг поднимают руки – мирные жители бегают в воротца, по сигналу «Патруль» пограничники опускают руки и, кто попался – нарушители – выбывают из игры.

Мы границу охраняем,

Никого не пропускаем,

Но в игре один секрет-

Идём дружно на обед.

Игра проводится 2-3 р.

**Ведущий:**

Надо с детства закаляться. Чтоб здоровым быть весь год.

Чтобы к доктору являться, только если позовёт.

Я желаю вам, ребята, быть здоровыми всегда!

Но добиться результата невозможно без труда.

Физкультурой занимайтесь ежедневно по утрам.

И, конечно, закаляйтесь - это так поможет вам!

Итак, начнем соревнования, команды на старт.

**1 эстафета** «Переправа»

Участники, переступая из обруча в обруч, должны добраться до ориентира и обратно вернуться бегом по канату.

**2 эстафета** «Бесшумные разведчики»

Дети должны подлезть под дуги на четвереньках и бегом вернуться назад.

**Ведущий:**

Всем ребятам смекалка нужна, а сейчас у нас зарядка для ума. Будем отгадывать загадки о здоровом образе жизни.

1. Вот так чудо – чудеса!

Подо мной два колеса.

Я ногами их верчу

И качу, качу, качу. (Велосипед)

1. Как же стать мне силачом?

Очень просто. Ежедневно встав с пастели,

Поднимаете….. (Гантели)

1. Два коня у меня.

По воде они возят меня,

А вода тверда,

Словно каменная! (Коньки)

1. Сперва с горы летишь на них,

А после в гору тянешь их. (Санки)

1. Ростом мал, да удал,

От меня ускакал.

Хоть надут он всегда-

С ним не скучно никогда. (Мяч)

1. Зеленый луг,

От ворот до ворот

Бойко бегает народ.

На воротах этих рыбацкие сети. (Стадион)

**Музыкальная игра «Соседи»**

**3 эстафета** «Самые ловкие»

Прокатить обруч вокруг конуса и обратно.

**4 эстафета** «Самые меткие»

Метание мешочков в обруч.

**5 эстафета** «Самые прыгучие»

Прыжки в мешках вокруг конуса.

**Слушание песни «Здоровье»**

**6 эстафета** «Лучший скакун»

**Ведущий:**

Дети, понравился вам наш праздник Здоровья?

А я вам расскажу еще один секрет здоровья: улыбайтесь! Пусть все вокруг видят вашу добрую улыбку, и пусть она как солнышко, всех согревает. А еще волшебную силу имеют добрые слова. Говорите их чаще. Улыбки и добрые слова – самые верные друзья вашего здоровья. Дарите их друг другу.

И чтобы быть здоровыми я хочу вас угостить витаминами – вкусными яблоками.