**Спортивный праздник  
«Физкультура и спорт – залог здоровья**

***Задачи:*** 1) проверить умения и навыки основных видов движений, полученных в течение учебного года 2) воспитание положительных черт характера  3) формирование привычек ЗОЖ, желания заниматься физическими упражнениями для собственного здоровья.

***Оборудование:*** баскетбольные мячи, стойки, мешочки с песком, 2 корзины, обручи, городки, 4 тазика, бельевая верёвка, прищепки, кукла Гном, свисток, музыкальные записи.  
***Ход праздника.***

(Под марш команды строятся в одну шеренгу)

.  
***Ведущий:*** На спортивную площадку приглашаем всех сейчас.  
Праздник спорта и здоровья начинается у нас!  
Сияет солнышко с утра, и мы готовились заранее.   
Ребята, начинать пора спортивные соревнования!  
Кто всех быстрей, кто всех ловчей, нам очень интересно!  
Пусть слышится весёлый смех и не смолкает песня!

(Появляется Серёжа  и здоровается с детьми и ведущим).

***Серёжа:*** Со мной приключилась большая беда.  
Мороженое ел я помногу всегда и вот какая картина:  
Ко мне привязалась ангина. И кашель, и насморк меня одолели.  
О, если б вы знали, как они надоели!

***Ведущий:*** Да, Серёжа, беда так беда…. Но сможем помочь тебе навсегда.  
Ребята, поможем?  
***Дети:*** Да!!!  
***Ведущий:*** Я открою вам секрет - в мире нет рецепта лучше:  
Будь со спортом неразлучен, проживёшь тогда 100 лет!  
Ты, Серёжа, посиди, на ребяток погляди. Ты всему научишься и не будешь мучиться.  
Ты научишься быть смелым, сильным, ловким и умелым.  
И тогда, конечно, сгинут все болезни и ангина.  
Чтобы сильным, ловким быть, нужно с солнышком дружить,  
Утром раньше всех вставать и зарядку выполнять.

Серёжа вместе с детьми выполняет комплекс основных развивающих упражнений  под музыку**«Надо чисто умываться по утрам и вечерам!»**

***1. «Чистые ладошки»***И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Одну руку вперед, повернуть ладонь вверх. Вернуться в и. п. То же другой рукой. Повторить по 2 раза.

***2. «Стряхнем водичку»*** И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Руки вверх; круго вые движения кистью — «стряхивают водичку»; руки на пояс. Ды хание произвольное. Повторить 3 – 4 раза.

***3.«Помоем ножки»*** И. п.: ноги врозь, руки за спину. Наклон вперед, хлопнуть два раза по коленям, скажем « помоем чисто». Руки за спину. Ноги в ко ленях не сгибать. Повторить 3 – 4 раза.

***4.«Мы — молодцы!»*** И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 6- 8 подпрыгиваний и 6 – 8  шагов. Прыгать легко, мягко. Дыхание произвольное. По вторить 2  раза.

***5. «Чтобы чистым быть всегда,*** ***Людям всем нужна... (вода)!»*** И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Подняться на носки; руки в сто роны, вдох носом. Опуститься на всю стопу, руки на пояс, на вы дохе произнести «вода-а-а». Повторить 3 раза.

(По окончанию ведущий предлагает ему остаться и участвовать вместе с детьми в празднике).

Ведущий представляет команды и жюри. Команды приветствуют друг друга речёвками.

***Ведущий:*** Праздник наш спортивный продолжить нам пора.   
Празднику спортивному рада детвора.  
Празднику спортивному крикнем мы: Ура! Ура! Ура!

Дети перестраиваются в колонны.

***1КОНКУРС: «Ловкие ребята»***  
Прокатывание мяча правой и левой рукой до ориентира и обратно.

***2КОНКУРС: «Передай мяч»***

***Ведущий:*** А теперь, мои ребятки,  
Отгадайте-ка загадку:  
Круглый, мягкий, полосатый,  
Нравится он всем ребятам.  
Может долго он скакать.  
И совсем не уставать!

Передача мяча между ног друг другу, стоя в колонне. Последний получает мяч, становится первым и так, пока первый участник не окажется снова впереди.

***3 КОНКУРС: «Пингвины»***  
Прыжки с продвижением вперёд с мячом, зажатым между коленей до ориентира и обратно.

***МУЗЫКАЛЬНАЯ ПАУЗА.***  
***4 КОНКУРС: «Баскетбол»***  
Бросок мешочка с песком одной рукой в корзину. Каждому даётся одна попытка.  
***5 КОНКУРС: «Повесь бельё»***  
***Ведущий***: Говорит дорожка,  
Два вышитых конца:  
– Помойся хоть немножко,  
Чернила смой с лица,  
Испачкаешь меня! (Полотенце)  
первые участники по свистку берут полотенце и прищепку, кладут в таз. Затем бегут на противоположную сторону, вешают полотенце на верёвку. Возвращаются обратно, отдают таз следующим и так до конца колонны.  
***МУЗЫКАЛЬНАЯ ПАУЗА.***  
***6 КОНКУРС: « Конкурс с обручами»***Дети, используя два обруча должны пересечь полосу препятствий, не заступая ногой на землю, перенося каждый раз, сзади лежащий обруч вперёд.  
***7 ГОРОДКИ: «Городки»***  
На противоположной площадке по количеству детей лежат городки. По свистку 1 ребята бегут, берут городки и возвращаются назад, становятся в конец колонны.  Затем стартуют следующие и так до конца колонны.  
***Ведущий:*** Молодцы ребята! А пока жюри подсчитывает результаты конкурсов, я предлагаю поиграть вам в интересную игру вместе с нашим гостем. Ведущий надевает на руку куклу Гномика. Игра называется «Гном».  
Дети берутся за руки, образуя большой круг.  
***Гном:***Гномик, я. Со мной беда. Я забывчивый всегда.   
Забываю всё на свете. Вы поможете мне дети?  
***Дети хором:*** Да!  
Гномик перечисляет все части тела, показывает на них и спрашивает: «голова на месте? Руки на месте и т.д.». Дети повторяют за ним, подтверждая: «На месте!». Затем все снова образуют круг и идут, ведя хоровод.  
***Гном:*** Вот какая благодать! А теперь идём гулять!  
Затем пройдя, какое то, время гном снова произносит: «Ой, опять забыл, беда. Вы поможете мне?»

*Дети хором:* «ДА!»  
Игра продолжается. Но в этот раз гном начинает путать детей, говорит одну часть тела, а показывая на другую. Задача детей показать ту часть тела, которую произнес гном.  
***Ведущий:*** Ребята, пока мы с вами играли, наше уважаемое жюри подсчитало результаты конкурсов и подвело итог праздника.  
Предоставляется слово жюри. Награждение команд почётными грамотами и призами.  
***Ведущий:*** День здоровья любят дети  
Городов и деревень,  
Пусть же станет в целом свете  
День здоровья каждый день!  
Приучи себя к порядку,  
Пробуй плавать и нырять!  
Научись любить зарядку.  
И отучишься чихать!  
Надо с детства закаляться,  
Чтоб здоровым быть весь год.  
Чтобы к доктору являться,  
Если только позовет.  
А теперь пора прощаться…  
Вам желаю закаляться,  
Не болеть и не хворать,  
Физкультурниками стать.  
  
А на прощание для всех весёлая дискотека.  
Дети танцуют под весёлую музыку.