**«Здоровым будь»**

(спортивная программа по физической культуры)

**Цель**: создать условия, способствующие укреплению здоровья детей, содействовать их разностороннему развитию. способствовать созданию эмоционального восприятия детьми сведений о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- доведение до сознания детей  необходимости и важности  соблюдения культурно-гигиенических навыков;

- формирование  привычки следить за своим внешним видом;

- воспитание интереса к физической культуре.

Развесить плакаты: "Чистота всего полезней"; "Спорт, движение - всех целей достижение"; "Каждому занятию свое время"; "Здоровое питание - основа процветания"

Конкурс проводиться для двух команд. Команды следует подготовить заранее. Можно провести между двумя группами детсада или между детскими садами. В игровой, конкурсной форме дети получают необходимые знания о личной гигиене и здоровом образе жизни, т.е. понятия режима и закаливания.

(Звучит веселый марш на выход команд на сцену.)

Инструктор:

Сегодня у нас конкурс : «Здоровым будь». Участвуют в конкурсе две команды\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (название команд)

Будь здоровым, как вода,

Будь красивым, как весна,

Будь богатым, как земля,

Щедрым будь, как осень.

Больше дух тысяч лет живет поговорка: «В здоровом теле - здоровый дух». Люди давно поняли, что о здоровье своего тела нужно заботиться самому, чтобы оно всегда было здоровым и красивым, сильным и мощным. Сегодня у нас праздник «здоровья»

Чтоб расти и закаляться,

Прогони свою лень,

О своем здоровье, дети,

Нужно помнить каждый день.

(выходят дети ведущие)

1.

Сегодня праздник, конкурс ныне,

Гоните прочь свое унынье!

Пусть будут конкурсы сегодня

На пользу нашему здоровью.

2.

Честно будем мы играть,

Честно нужно побеждать.

Мы ребята смелые ловкие умелые.

Инструктор

Две команды соревнуются сегодня. Команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ и команда\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Мы пригласили на праздник гостей. Встречайте! Мы их пригласили в жюри.

Все Чуковского читали,

Мы его уже узнали!

Он – великий умывальник,

Он – известный Мойдодыр,

Умывальников начальник и мочалок командир.

Это доктор Айболит ,

Он болеть вам не велит.

Но лечить он нас не станет,

Он сегодня баллы ставит.

С этой густею кто дружит,

Тот болезни все забудет.

Догадайтесь кто она?

Королева Чистота.

(жюри оценивают конкурс по пятибалльной системы)

Внимание, внимание конкурс начинается! Команды готовы! (ответ команд)

Конкурс 1 «Блиц – турнир»

1. Почему нужно мыть руки перед едой?
2. Для чего нужен человеку режим дня?
3. Почему нудно обрезать ногти?
4. Почему, когда чихаешь, нужно пользоваться носовым платком?
5. Почему нужно гулять на свежем воздухе?
6. Почему нужно проветривать комнату?

Конкурс 2

1. Для мальчиков игра «Быстрые наездники»
2. Для девочек «Собери картофель»
3. Для мальчиков «Бой петухов»
4. Для девочек «Состязание на скакалках»

Конкурс капитанов 3

Это конкурс капитанов

Вожаков и атаманов,

Вот настал их звездный час,

Так поддержим их сейчас! ( капитанам нужно назвать пословицы и поговорки о здоровье. Кто больше назовет, тот и побеждает)

Конкурс 4

Соревнование «Кто быстрее?»

1. Для девочек – кто больше завяжет бантиков за определенное время.
2. Для мальчиков – кто быстрее завяжет шнурки

Конкурс 5 Физкультминутка

Каждая команда проводит по Физкультминутка

Конкурс 5 « домашнее задание»

Дети читают стихи о здоровье.

Инструктор

Конкурс завершается, скоро все прощаются.

Объявите результат, кто же лучший из ребят?

(слово жюри награждение команд)