**Сценарий праздника «Мы голосуем за здоровый образ жизни»**

**ХОД ПРАЗДНИКА**

 Внимание! Начинаем спортивный праздник «Мы голосуем за здоровый образ жизни! » между сотрудниками нашего детского сада.

Здоровый образ жизни

Мы в садике ведем!

Становимся стройнее

И краше – с каждым днём!

Поприветствуем наших участников соревнований!

Команда «Улыбки», команда «Веснушки».

(Под музыку команды входят в зал)

Ведущий: А сейчас команды поприветствуйте друг друга.

Команда «Улыбки»:

Кто спортом занимается –

Здоров и улыбается!

Улыбка помогает победить

И наш девиз: «С улыбкой жить! »

От улыбки мир светлей,

Улыбайтесь веселей!

Команда «Веснушки»:

Команда «Веснушки» приветствует вас.

Мы спортсмены, мы подружки –

Мы задорные веснушки!

Наш девиз: «Добиваться побед! »

Команде «Улыбка» - спортивный привет!

Ведущий: Наши соревнования будет оценивать строгое жюри, в составе…

 Все собрались? Все готовы?

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись,

Не зевай и не ленись,

На разминку становись!

Проводится разминка под музыку «зарядка с Машей»

 Молодцы! Ребята чтобы быть здоровыми, какие нужно соблюдать правила? Правильно! И есть витамины. А витамины – это овощи и фрукты, а где они растут? (В огороде). Посмотрим, как наши команды соберут витамины с огорода.

**Эстафета: «во саду ли в огороде».**

На полу лежат обручи, в них находятся овощи и фрукты. Напротив лежат пустые обручи. Каждый игрок команды берёт один овощ и несёт в обруч.

 Молодцы команды! Для здоровья очень полезна прямая осанка, чтобы позвоночник был здоровым, а спина ровная. Ну что команды будем, проверят вашу осанку.

**Эстафета «прямая осанка».**

Участники встают по парам спинами друг к другу, между спинами зажимается воздушный шар, надо пробежать до конуса и обратно не уронив шарик.

А сейчас мы проверим, как у наших участников дышит нос. Для этого мы им завяжем глаза и дадим понюхать один из продуктов.

**Конкурс «Нюхачи».**

Каждому игроку дают понюхать один фрукт или овощ, он должен угадать, что это такое.

Ну а пока наши команды отдыхают, я хочу предложить болельщикам размяться немножко и сыграть со мной в весёлую игру. Называется она «У оленя дом большой». А наши команды, если хотят, могут присоединиться к нам.

Ну а следующая эстафета называется «Цепочка витаминов». В любом продукте содержится много витаминов, и все они образуют цепочку.

**Эстафета «Цепочка витаминов»**

На полу лежат 2 обруча, в одном обруче лежат кубики, участник берёт один кубик и скачет в мешке, кладёт кубик в обруч, скачет обратно, другой участник берёт кубик, скачет в мешке и кладёт кубик на другой, таким образом, должна получиться пирамида из кубиков, пирамида не должна упасть.

Давайте посмотрим, какая команда сильнее, для этого нам понадобится канат.

**Эстафета «перетягивание каната»**

Наши команды готовы к заключительной эстафете «полоса препятствий»

**Эстафета «полоса препятствий».** Проползти в тоннель, перепрыгнуть через ограждение, подбежать к обручу продеть его через себя, и бегом вернуться в конец колоны.

Пока жюри подводит итоги наших соревнований, я хочу поиграть со зрителями.

Ребята отгадайте загадки.

Вот такой забавный случай!

Поселилась в ванной туча.

Дождик льётся с потолка

Мне на спину и бока.

До чего ж приятно это!

Дождик теплый, подогретый,

На полу не видно луж.

Все ребята любят… (душ)

Что полезно-

Всем известно?

А ответ найду легко.

По моей любимой чашке

Нарисованы ромашки,

Ну а в чашке - … (молоко)

Гладко, душисто, моет чисто,

Нужно, чтобы у каждого было.

Что это, ребята?. (мыло)

Подведение итогов. Награждение победителей.

Под звуки фанфар, команды проходят круг почета, строятся для награждения. Члены жюри объявляют победителей.

Мы поздравляем победителей и просим не унывать побежденных. Ведь самое главное - не победа, а участие и то, что мы с вами были вместе.

Сегодня мы все получили заряд бодрости, радости, а это самое главное для того, чтобы быть здоровым человеком.