

## Физкультурное развлечение «День здоровья»

Под музыку участники праздника в спортивных костюмах выстраиваются полукругом. Поднимают флаг.

**ВЕДУЩИЙ:** Ребята! Мы собрались сегодня, чтобы провести день здоровья, показать какие мы сильные, ловкие, закалённые и здоровые. Мы живём в стране большой,  
Щедрой и богатой.  
И не жалко ничего  
Ей для вас, ребята.  
Стадионы новые  
Дарит нам не зря,-  
Чтобы вы здоровыми  
Выросли, друзья.  
Чтобы каждый стал сильней,  
Чтобы каждый стал смелей.  
И хорошими делами  
Помогал стране своей.

**1 РЕБЁНОК:** Мы выходим на площадку,  
Начинается зарядка.  
Шаг на месте, два вперёд,  
А потом наоборот.

**2 РЕБЁНОК:** Зарядка всем полезна,  
Зарядка всем нужна.  
От лени и болезней  
Спасает нас она.

**3 РЕБЕНОК:** Не надо бояться,  
Что будут смеяться  
Зарядку свою  
Не бросай никогда!  
Лишь тот, кто не плачет,  
Добьётся удачи.  
Ни что не дается  
Легко без труда.

Дети исполняют песню «Фискульт-Ура» и выполняют зарядку.

ВЕДУЩИЙ: Ребята, скажите, кто следит за нашим здоровьем, кто лечит, когда мы болеем?

- Доктор.

- Правильно, ребята!

Давайте мы сейчас позвоним и пригласим его на праздник. Алло! Это Доктор Айболит?

Да нет, не болеют, все здоровы!

Ребята вас приглашают на праздник.

( А пока Доктор Айболит едет к нам на праздник, прочитаем стихотворение К. И. Чуковского «Доктор Айболит» ).

Вдруг доносятся: крики петуха, мяуканье кошки, лай собаки и выезжает Доктор Айболит, держась за вожжи. Запряжены Лиса, Кот в сапогах, поросёнок.

В руках у Доктора Айболита саквояж, на плече сумка.

АЙБОЛИТ: Ну спасибо вам, друзья, проводили вы меня.

Здравствуйте, ребята! Вы не больны?!

Ах, вы тоже на праздник пришли.

Очень рад побыть я с вами, со здоровыми друзьями.

( Выбегает Зайчик ). ( Инсценируют отрывок из стихотворения ).

МАЛЬЧИК: Доктор! Доктор! У меня болит живот и никак не заживёт.

Ой, ой, больно, не могу терпеть!

Я могу умереть!

АЙБОЛИТ: Посмотрю и чем смогу, помогу

( осматривает и говорит, что беда пришла из-за невымытых рук! Объясняет, что руки нужно мыть, овощи и фрукты).

Вылечил.

Ребята, а чтобы быть здоровыми, чем нужно заниматься?

ДЕТИ: Спортом!

АЙБОЛИТ: А сейчас я вас осмотрю, все ли здоровы, готовы ли к спортивным соревнованиям.

( дышите—не дышите )

Все в порядке; отдохните, вместе руки поднимите.

Превосходно – опустите, наклонитесь, разомнитесь.

Встаньте прямо. Улыбнитесь.

Да, осмотрим я доволен.

Из ребят никто не болен.

Каждый весел и здоров,

К соревнованиям готов.

ВЕДУЩИЙ: Ребята, сегодня вы будете соревноваться в быстроте, ловкости, смелости.  
Судить вас будет жюри в составе:  
Мы с вами разделимся на две команды.  
1 команда «Звёздочка».  
3 команда «Солнышко».  
И выберем капитанов команд.

1 ЗАДАНИЕ: Капитанам.  
Кто быстрее поставит кегли кружок и наденет цилиндр.

2 ЗАДАНИЕ: Команде.  
Нужно пробежать через берёзовый лес, не задеть ни одной берёзки, перейти через речку по узенькому мостику, легко спрыгнуть с него.

ВЕДУЩИЙ: Есть у нас ещё игра, вам понравится она.  
Но прежде, чем в неё играть, нужно загадку отгадать.  
«Он и круглый, он и гладкий.  
Очень ловко скачет.  
Что же это?» ( МЯЧИК )

Сейчас мы с вами поиграем в игру «Передача мяча».

ВЕДУЩИЙ: Пока жюри подводит итоги, мы с вами поиграем в игру  
(дети ср. гр.)  
«Тренировка футболистов»  
«Девочки со скакалками»  
(Неожиданно появляется Петрушка Бим):  
Здравствуй, ребята!  
Меня зовут Бим. Я прибежал на праздник со своим другом Бимом. (оглядывается, его нет).  
Вы его не видели?

ДЕТИ: Нет!

БИМ: Он совсем такой же как я!

ДЕТИ: Нет, не приходил.

БИМ: Вот хорошо. Значит, я первый. Мы с ним пошли разными дорогами. Пока его нет – я спрячусь. Пусть он подумает, что меня здесь нет. Куда же мне спрятаться?

(Дети помогают спрятаться).

ВЕДУЩИЙ: Бом, ты почему так закутался?

БОМ: Я простуды боюсь!  
(Здоровается с детьми).  
У меня печальный вид, голова моя болит, я чихаю, я охрип.

ВЕДУЩИЙ: Что такое?

БОМ: Это грипп.  
ВЕДУЩИЙ: А вот наши ребята не болеют.  
БОМ: Не болеют?

(Дети читают стихотворение о зарядке. Бим подкрадывается к Бому, и дудит в ухо. Тот от страха падает и делает два кувырка).

БОМ: Как ты меня напугал. А всё – таки я первый пришёл,  
первый, первый.  
БИМ: Нет, я первый.  
ВЕДУЩИЙ: Петрушки, перестаньте кричать и спорить.  
Прибежал тот первый, кто видел, как дети занимаются  
зарядкой. Пусть покажет.  
БИМ: Я видел, сейчас покажу.  
БОМ: (После каждого показа): Ребята, он правильно показал?

(Напротив каждой команды Петрушка).  
Ведущий вывозит два велосипеда. Петрушки соревнуются. Жюри подво-  
дит итоги.

ВЕДУЩИЙ: Надо, надо закаляться  
И привычку завести  
Улыбаться, не бояться  
Физкультурой заниматься,  
Чтоб здоровыми расти.  
Это всем понять пора.  
В добрый час. Физкульт-Ура!  
(Под музыку дети уходят).