**Спортивное развлечение «Здоровым быть! »**

Ребята, посмотрите, сколько нас много. Какой большой круг получится! Посмотрите друг на друга и улыбнитесь. Как вы думаете, для чего человеку (взрослому и ребенку) нужна улыбка?

«Ты улыбкой, как солнышком брызни

Выходя поутру из ворот

Понимаешь, у каждого в жизни

Предостаточно будет забот.

Разве любы нам хмурые лица

Или чья-то сердитая речь?

Ты улыбкой сумей поделиться

И ответную искру зажечь».

• Давайте дружно споем песню «Улыбка».

• А теперь потанцуем (ритмическая гимнастика) .

- Ребята, сегодня у нас День Здоровья. Не зря мы начали сегодняшний праздник с улыбки. Если человек всегда весел, доброжелателен, добр – то и со здоровьем у него будет полный порядок.

- А что значит быть здоровым?

- Что надо делать для того, чтоб не болеть? (Подводим итог). Правильно питаться, соблюдать правила личной гигиены, употреблять в пищу витамины, гулять на свежем воздухе, бегать, прыгать, играть, больше двигаться, быть всегда в движении.

- Ребята, а вы считаете себя здоровыми? Вот сейчас мы это и посмотрим на нашем празднике «Будь здоров». Мы разделимся на 2 команды и устроим соревнование.

Названия командам я уже придумала, но вы должны отгадать его. Ответьте мне на такой вопрос : Какое самое сильное насекомое? (Муравей). Да, он поднимает вес во много раз больше своего.

Он работает в артели

У корней лохматой ели

По буграм несет бревно

Больше муравья оно!

Итак, ваша команда будет называться «Муравьишки». (Даем эмблему капитану). А муравьи очень дружелюбные ребята, поэтому ваш девиз «Один за всех и все за одного» (дети говорят хором) .

- А теперь вы (к другой группе) скажите, какое животное никогда не ест пищу, не прополоскав ее в воде? (Енот) .

Полоскун живет у речки

На его хвосте колечки

Он не ест добычу с ходу

А сначала тащит в воду.

Ваша команда называется «Енотики». Ваш девиз: «Чистота – залог здоровья». (Даем эмблему капитану) .

- А теперь приветствие команд:

Команда «Енотики» наш Физкульт – все дети: привет!

Команда «Муравьишек» наш Физкульт – все дети: привет!

За выигранное состязание вы будете получать вот такие «улыбки» и будем складывать их в коробочки, а в конце соревнований подведем итоги (посчитаем) .

Итак, начинаем состязание:

1. «Сороконожки» Дети держат друг друга за пояс и всей цепочной огибают ориентир.

2. «Водоносы» Дети маленькими стаканчиками переносят воду из таза в прозрачную емкость. Стаканчик как эстафетная палочка.

3. Конкурс капитанов.

Расскажу я вам рассказ в полтора десятка фраз

Лишь скажу я слово «три», приз немедленно бери.

Мечтает школьник закаленный

Стать олимпийским чемпионом

Смотри, на старте не хитри

А жди команду: 1, 2, марш!

Когда стихи запомнить хочешь

Их не зубри до поздней ночи

А про себя их повтори

Разок, другой, но лучше пять!

Недавно поезд на вокзале

Мне три часа пришлось прождать

Так что ж вы приз, друзья не взяли,

Когда была возможность взять?

4. «Хоккеисты». Дети палкой ведут набивной мешочек и забивают в ворота (дуга). Палка – как эстафета.

5. Конкурс загадок спортивной тематики.

А, теперь задания на знания и внимание…загадки!

Звучит свисток,- забили гол,

Игра зовется, как? (футбол)

Да, был вопрос довольно прост,

Теперь задам сложнее:

В игре есть шайба, клюшка, лед,

Играем мы в (хоккей).

Им даже старик заниматься готов

В наш быстрый стремительный век.

Но этот вид спорта прославил Борзов

И он называется (бег).

Спортсмены все несутся вскач

И бьют об пол беднягу мяч.

Его две группы из ребят

В корзины «выбросить» хотят.

Достанут и опять об пол!

Игра зовется (баскетбол)

6. «Попади в цель» Дети от стартовой линии метают мешочек с ноги в обруч.

7. «Всезнайка».

Спортсмен, который ходит на лыжах. Кто он? (Лыжник) .

Спортсменка, которая ходит на лыжах. Кто она? (Лыжница) .

Прыгает в воду? (прыгун, прыгунья) .

Спортсмен, играющий в мяч на футбольном поле? (Футболист, футболистка) .

Поднимет тяжелые штанги? (Штангист, штангистка) .

Танцует на льду? (Фигурист, фигуристка) .

Играет на хоккейном поле? (Хоккеист, хоккеистка) .

8. Перетягивание каната «Самые сильные».

«А теперь беремся за канат

Кто сильнее из ребят?

Тот, кто перетянет, самым сильным станет! »

Ведущий: Мы со спортом крепко дружим Спорт ребятам очень нужен

Спорт – (дети) помощник, Спорт – здоровье

Спорт – игра, Физкульт – ура!

Подведение итогов. Угощение. Общий танец «Разноцветные стекляшки».