**муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Центр развития ребенка № 11 Красноармейского района Волгограда»**

**(МОУ Центр развития ребенка № 11)**

**ИНН 3448040690 КПП 344801001 ОГРН 1073461005221**

**Адрес: 400026, Россия, Волгоград, пр-кт им. Героев Сталинграда, 58.**

**Тел./факс: 8-8442-69-75-90. Эл. почта:** **semiczwetik1986@yandex.ru**

**СЦЕНАРИЙ**

**физкультурно-оздоровительного досуга**

**(для детей старшей группы)**

**Разработчик:**

Н.А. Лягина

г. Волгоград, 2016

**СЦЕНАРИЙ**

**физкультурно-оздоровительного досуга**

**«Мы ребята – закалята»**

**(для детей старшей группы)**

**Цель:** создать условия для формирования у детей представлений о здоровом образе жизни и совершенствования навыков закаливания.

**Задачи:**

* Совершенствовать навыки выполнения закаливающих процедур: ходьба босиком и легкий бег по «дорожке здоровья», физкультурные упражнения и дыхательная гимнастика, выход на землю или снег в трусиках, обливание всего тела холодной водой;
* Развивать подвижность, ловкость, координацию движений;
* Воспитывать чувство коллективизма и дух здорового соперничества.

**Место проведения:**

1-я часть – на спортивном участке детского сада;

2-я часть – в спортивном зале.

**Участники:** Дед Мороз, Снегурочка, Зимушка-Зима, ведущий, воспитанники групп «Живые капельки» №8 и №10).

**Материалы и оборудование:**

* костюмы Деда Мороза, Снегурочки, Зимушки-Зимы;
* декорации зимнего леса;
* фонограммы марша, песни в исполнении В. Толкуновой «Кабы не было зимы», «Потому что зима – это здорово» (для выхода Зимушки-Зимы), «Потолок ледяной», «Валенки», фанфар для награждения ребят-закалят;
* поощрительные подарки для детей.

**1 ЧАСТЬ**

**Дед Мороз:**

Здравствуйте, ребята-закалята! Вижу, мороза не боитесь, снег и холодная вода вас тоже не пугают.

**Снегурочка:**

Дедушка, а для чего здесь ведра с водой?

**Воспитатель:**

Мы водою обливаемся,

На природе исцеляемся,

Посмотрите-ка на нас:

Руки к небу простираем,

Воздух носом мы вдыхаем,

А на выдох скажем дружно:

«Здравствуй, славная водица,

Помоги нам исцелиться!

Всем здоровья и добра!

Обливайся из ведра!»

*Дети берут ведерки и обливают себя с головы до ног водой, ставят ведерко, разводят руки через верх в стороны и хором желают всем здоровья.*

**Дети**: «Будьте здоровы все люди на свете!»

**Снегурочка:**

Сила воли есть у вас,

Вы ребята – высший класс!

**Дед Мороз:**

Бегите быстро переодевайтесь,

Калорийным завтраком все подкрепляйтесь!

**Снегурочка:**

После завтрака все в музыкальный зал.

Мы там продолжим здоровья бал!

*Дети заходят в помещение детского сада. Вся процедура выполняется быстро, энергично в течение 5-7 минут.*

**2 ЧАСТЬ**

**Дед Мороз:**

Как я рад вас видеть снова.

Заходите, малыши.

Отдохнем мы от души!

*Дети группы №8 и №10 в физкультурной форме, построившись в две колонны, заходят в спортивный зал и расходятся в противоположные стороны (дети группы №8 шагают в правую сторону, дети группы №10 – в левую). Посередине зала их встречают Дед Мороз и Снегурочка. Дети с обеих сторон возле них останавливаются.*

**Ведущий:**

Начинаем зимний праздник!

Будут игры, будет смех!

И веселые забавы

Приготовлены для всех!

**Дед Мороз:**

Ах, ребята, как я рад,

Что попал в ваш детский сад!

Во многих садах я бывал,

Но таких ребят-закалят я еще не видал.

Вы так чудесно закалялись

И мороза не боялись!

Я восхищен как вы заботитесь о своем здоровье и желаете не только себе здоровья, но и всем людям на свете!

**Снегурочка:**

Дед Мороз, пока ты ждал ребят в зале, я поговорила с Оксаной Александровной, медицинской сестрой, и она сказала мне, что ребята-закалята почти не болеют, а группы, в которые они ходят, называются «Живые капельки».

**Дед Мороз:**

Мальчишки и девчонки!

Мы желаем вам и впредь,

Не хворать и не болеть!

**Снегурочка:**

Народная мудрость гласит: «Здоровье дороже богатства», «В здоровом теле здоровый дух». Ребята, кто расскажет, как здоровье сохранить, организм свой укрепить?

*Группа №8*

**1 ребенок:**

Мы зарядкой заниматься

Начинаем по утрам.

Пусть болезни нас боятся,

Пусть они не ходят к нам.

**2 ребенок:**

Давайте спортом заниматься!

Давайте будем закаляться!

И в прорубь прыгать с головой,

И по снегу ногою босой!

**3 ребенок:**

Давайте будем все здоровы

И сегодня и всегда.

И день для нас вдруг станет новым.

Мы на прогулку с самого утра!

*Группа №10*

**1 ребенок:**

**2 ребенок:**

**3 ребенок:**

**Снегурочка:**

Молодцы, ребята! А зарядку вы делать умеете?

**Ведущий:**

Конечно, умеем, правда, ребята? Давайте Снегурочке и Деду Морозу покажем!

*Дает детям команду:*

Внимание! Смирно! На месте шагом марш!

*Под минус песни «Кабы не было зимы» дети выполняют утреннюю зарядку. В кругу ведущий выполняет показ упражнений*.

**Ведущий:**

А сейчас не ленись,

Повторяй со мной девиз:

«Зарядка всем полезна,

Зарядка всем нужна.

От лени и болезней

Спасает всех она!»

**Ведущий:**

Ребята, присаживайтесь на скамейки.

*Дети присаживаются на скамейки.*

**Дед Мороз:**

А сейчас, ребята, мы со Снегурочкой загадаем вам загадки о зиме.

*Загадки*

С каждым днем все холоднее,

Греет солнце все слабее,

Всюду снег, как бахрома, —

Значит, к нам пришла... (зима)

Что за чудо-покрывало?

Ночью все вдруг белым стало.

Не видать дорог и рек —

Их укрыл пушистый...  (снег)

С неба звездочки летят

И на солнышке блестят.

Точно в танце балеринки,

Кружатся зимой... (снежинки)

Много снега во дворе —

Вот забава детворе!

Ходим по снегу. На ножки

Все надели мы... (сапожки)

**Дед Мороз:**

Что-то холодом повеяло.

Разыгралась Зимушка-Зима!

*Под музыку входит Зимушка-Зима.*

**Ведущий:**

Здравствуй, русская молодка,

Раскрасавица – душа,

Белоснежная лебедка,

Здравствуй, матушка Зима!

**Зимушка:**

Заснули реки подо льдом, застыли, неподвижны!

Блестят сугробы синевой.

Вы узнаете зиму?

Кругом глубокие снега,

Куда я взгляд ни кину.

Метет и кружится пурга –

Вы узнаете зиму?

Здравствуйте ребята! Спасибо, что пришли на праздник!

А какие зимние игры вы знаете?

*Ответы детей.*

Хотите, мы вместе сейчас поиграем в зимние эстафеты?

**Дети:** Да.

**Ведущий:** Дает команду: «Встать! По порядку на первый-второй рассчитайсь!»

*Дети рассчитываются по порядку на первый-второй.*

Первые номера обеих групп будут играть в эстафету «Попади снежком в цель».

Вторые номера будут играть в эстафету «Быстрые валенки».

*Эстафеты «Попади снежком в цель» и «Быстрые валенки»*

**Зимушка:**

Замерзли, наверное? Ребята, хотите, я научу вас согреваться в мороз?

**Дети:** Да.

**Зимушка:**

Повторяйте за мной все слова и движения.

*Игра «А на улице мороз!»*

А на улице мороз-

Ну-ка все потерли нос!

Ни к чему нам бить баклуши,

Дружно взялись все за уши!

Покрутили, повертели,

Чтобы стало веселее!

Свои уши отогрели-

И на месте полетели.

Головою покачали!

По коленкам постучали!

По плечам похлопали!

Ножками потопали!

**Зимушка:**

Молодцы вы, малыши, поиграли от души!

**Ведущий**: Спасибо, Зимушка-Зима! Теперь наши ребята точно не замерзнут на морозе!

**Снегурочка:**

Ребята-закалята умеют не только весело играть. Они смелые, спортивные, холодной водой обливаются, спортом занимаются.

**Зимушка:**

Замечательные дети! Дед Мороз, давай ребят за это наградим!

**Дед Мороз:**

Будь по-вашему:

Пусть будет доброта и понимание,

Исполнятся все ваши желания.

За все от души благодарю

И сюрпризы подарю.

*Дед Мороз берет волшебный посох и подходит к зимнему лесу, говорит заклинание.*

**Дед Мороз:**

«Раз, два, три, волшебный посох, помоги,

Сугробы в подарки преврати»

*Дед Мороз и Снегурочка, Зимушка-Зима вручают каждой группе мешочек с сюрпризами.*

**Ведущий:**

Досуг наш веселый удался на славу,

Я думаю, всем он пришелся по нраву!

**Зимушка:**

Прощайте, прощайте, все счастливы будьте!

**Дед Мороз и Снегурочка:**

Здоровы, умны и нас не забудьте!

До встречи в следующем году!

*Под веселую музыку Дед Мороз, Снегурочка, Зимушка-Зима прощаются с детьми и уходят из зала.*