**Сценарий**

**физкультурного досуга**

**«День здоровья»**

старшие и подготовительные группы

 Цель: Закреплять культурно-гигиенические навыки у детей, приобщать детей к занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Воспитывать аккуратность, чувство взаимопомощи;

- Развивать двигательные навыки

- Выполнять физические упражнения слажено, дружно;

- Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах

- Способствовать у детей чувству удовлетворения от двигательных заданий;

- Создать радостное эмоциональное настроение.

Пособие:

Ведерки-2 шт., расчестка-2 шт., мыльница-2шт, зубная щетка-2 шт., мочалка – 2 шт., тазики – 2 шт., пауки – 2 шт., веревка – 1 шт., платочки – по количеству детей.

*Под спортивный марш дети входят в спортивный зал.*

**Ведущий:**

На спортивную площадку

Приглашаем всех сейчас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас.

Нужно заниматься физкультурой и спортом, так как люди становятся здоровее, сильнее.

А какие виды спорта вы знаете?

**Ведущий:**

Что за гость спешит на праздник? Как зовут его, узнай?

А для этого загадку поскорее отгадай:

Приходи к нему лечиться зверь любой, любая птица

Всем помочь он поспешит Добрый доктор?

Дети: Айболит!

**Айболит:** Ребята, а как вы понимаете, что такое здоровье?

И что надо делать, чтобы быть здоровым?

1. Делать утром зарядку обязательно

2. Мыть руки перед едой

3. Закаляться

4. Чистить зубы утром и вечером перед сном

5. Заниматься физкультурой и спортом

Вот мы сейчас и будем заниматься физкультурой, мы будем с вами соревноваться.

В соревнованиях участвуют три команды:

Команда «Здоровячки»

Команда «Весельчаки»

Команда «Крепыши»

Команды строятся в три колонны.

Капитаны команд говорят свое приветствие:

**Команда «Здоровяки**:

Навеки спорту верным быть

Здоровье с юности хранить

Не плакать и не унывать

Соперников не обижать

Соревнование любить

Стараться в играх первым быть

**Команда «Весельчаки»**

Бодрость духа согревает,

Быть здоровыми велит,

Прочь болезни прогоняет,

и ангину и бронхит,

Быть веселым, а не хмурым

Нам поможет физкультура!

**Команда «Крепыши»**

Давайте спортом заниматься!

Давайте будем закаляться,

И руки мыть не забывать

И день здоровья отмечать.

Айболит:

Все собрались, все здоровы?

Бегать и играть готовы?

Ну тогда не зевай и не ленись

На разминку становись

Проводится разминка под музыку.

Молодцы, хорошо размялись, а теперь отгадайте загадку

Зимой падает

Весной журчит,

Летом шумит,

Осенью капает

(Вода)

Айболит:

Ребята для чего человеку нужна вода?

Дети отвечают

**1 эстафета: «Наноси воды»**

**Айболит**: «От простой воды и мыла у микробов тают силы»

2 **эстафета: «Собери банные принадлежности**»

**Айболит**: Ребята, какую еду нужно кушать, чтобы быть здоровыми и сильными?

Дети: овощи и фрукты

**3** **эстафета «Помой овощи и фрукты»**

**Айболит:** Любим мы все чистоту

и во всем ее мы соблюдаем.

**4 эстафета «Убери мусор»**

**Айболит:** Ребята, а вы знаете, что такое кариес

Дети отвечают - это болезнь зубов

Проводится подвижная игра «Кариес и зубы»

**Айболит:**

Чистоту я соблюдаю

Мою пол и подметаю

Забираюсь в уголки

Там и пыль и пауки

Пауков я не терплю

чистоту и блеск люблю

Быстро веники возьмите

Пауков всех прогоните

**6 эстафета «Прогони пауков»**

**Айболит:**

А грязнуль и нерях мы не уважаем

Мы белье сейчас все и постираем

**7 эстафета «Постирай и посуши»**

Подводятся итоги, награждение команд