**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**Курагинский детский сад №15**

**Сценарий спортивного праздника**

**для детей старших и подготовительных групп**

**«Страна здоровья!»**

**Подготовил:** Зорин А.А инструктор по физической культуре МБДОУ Курагинский детский сад №15 п.г.т Курагино.

**Место проведения:** спортивный зал МБДОУ.

**Цель-**пропагандировать здоровый образ жизни.

**Задачи:**

– продолжать укреплять здоровье детей, развивать физические качества;

– закреплять культурно-гигиенические навыки;

– прививать любовь к спорту и физкультуре;

– развивать основные физические качества: силы, ловкости, быстроты, выносливости, координации движений;

– пополнить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, полезных продуктах, в которых они содержаться;

– воспитывать взаимовыручку, смелость, чувство товарищества, уверенность;

– создание положительного эмоционального настроя.

 **Ход праздника:**

 **Инструктор:**Внимание! Внимание!

Сегодня у нас небольшой экскурс в страну здоровья, и нам нужно узнать, все ли здоровы. Давайте вас обследуем.

**Игра разминка «36,6» (общая)**

Дети встают в круг. Одному участнику выдаётся большой градусник из картона и ставится подмышку. Дети должны передать его другому участнику, не трогая его руками.

**Инструктор:** молодцы ребята, в мире не существует ничего ценнее здоровья. А чтобы сохранить его на долгие-годы мы должны о нём заботиться, и укреплять его: заниматься спортом и закаляться, есть побольше витаминов и полезные продукты. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться. Ведь не даром говорят: «Движение – это жизнь».

Давайте разделимся на две команды.

**Команда «Крепыши»**

**Команда «Здоровяки»**

*В зал входит чумазая, косолапая девочка (воспитатель группы) – Грязнуля, чихает.*

**Инструктор:** Ой! Это кто же к нам такой чумазый пришёл? Здравствуйте!

**Грязнуля:** Здравствуйте! Все меня зовут Грязнуля.

**Инструктор:** Так это потому, что вы вся чумазая. *(Грязнуля чихает)* Ещё и болеешь! У нас здесь только здоровые дети!

*(Грязнуля расстраивается, идёт обратно.)*

**Инструктор:** а хотя подожди, оставайся, мы тебя сейчас научим, что нужно делать, чтобы не болеть. Спрашивает у ребят, научим!?

Быть здоровыми нашим ребятам помогает правильное питание.

*(обращается к Грязнуле)* а что ты кушаешь?

**Грязнуля:** шоколадки, чипсики, гамбургеры, а ещё если с газировкой… Ммм…

**Инструктор:** Ой – ой… Грязнуля… Не удивительно что ты болеешь. В нашем рационе должно быть достаточное количество овощей и фруктов. Предлагает детям поучаствовать в конкурсе.

**Конкурс:** «Витамины-овощи»

На полу каждая команда собирает в свою корзину как можно больше овощей и фруктов. Мячи зелёного и синего цвета-овощи, красные и остальные фрукты (витамины)

**Общая игра: «Да –Нет»**

Каша вкусная еда

Это нам полезно? *(Да)*

Лук зеленый иногда

Нам полезен, дети? *(Да)*

В луже грязная вода

Будет нам полезна? *(Нет)*

Щи – отличная еда

Это нам полезно? *(Да)*

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? *(Да)*

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, дети? *(Нет)*

Овощей растет гряда.

Овощи полезны? *(Да)*

Сок, компотик пить всегда

Нам полезно, дети? *(Да)*

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? *(Да)*

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда! *(Да)*.

Инструктор: Ребята, а что еще нужно для крепкого здоровья!? Конечно же хорошее настроение. Предлагаю вам поделится настроением, и с играть в игру.

**Игра «Передай хорошее настроение»**

Обручи как символ «хорошего настроения» Задача: дети становятся параллельным колоннами. Участники стоят друг от друга на расстоянии вытянутых рук. У ног первых участников 10 обручей. По сигналу первые участники берут обруч, продевают через себя и передаю его следующему участнику, который так же продев его через себя, передает его дальше. Остальные обручи первые участники «переправляют» на другой конец колонны таким же способом. Последний участник складывает обручи позади себя.

**Игра -эстафета "Передай ленточку здоровья"**

По сигналу первый участник прыгает из обруча в обруч по три обруча для каждой команды, пролазит по тоннелю, огибает конус и возвращается к команде, передавая эстафетную ленточку следующему. Побеждает команда быстрее справившаяся с заданием.

**Инструктор:** Но кроме правильного питания, надо закаляться.

По утрам ты закаляйся,
Водой холодной обливайся.
Будешь ты всегда здоров.
Тут не нужно лишних слов.

**Игра эстафета: «Закаливание»** По одному участнику добегают на другой конец зала, встают в «таз»-тоннель, «Грязнуля» и инструктор помогают командам, поднимают тоннель, тоннель имитация холодного душа. Эстафету передают рукой.

**Инструктор:** Молодцы ребята, грязнуль и нерях мы не уважаем. Скажите пожалуйста, а в грязной одежде можно ходить!? А почему!? Мы белье сейчас всё и постираем, и повесим сушиться!

**Эстафета: «Постирай одежду»**

Возле команд стоят корзины с вещами, дети по очереди бегут и вешают вещи на веревку. «Грязнуля» и инструктор натягивают одну длинную верёвку.

**Инструктор:**Грязнуля, посмотри какая ты грязная, представь только, сколько на тебе микробов!

*«Грязнуля» уходит.*

Чистота залог здоровья! А вы ребята соблюдаете правила гигиены? Тогда вы с легкостью отгадаете мои загадки:

 Ускользает, как живое,

 Но не выпущу его я,

 Белой пеной пенится,

 Руки мыть не ленится.

*(Мыло)*

Хожу брожу не по лесам,

 А по усам, по волосам.

 И зубы у меня длинней,

 Чем у волков и медведей.

*(Расческа)*

Пластмассовая спинка,

 Жесткая щетинка,

 С зубной пастой дружит,

 Нам усердно служит.

*(Зубная щетка)*

Мягкое, пушистое

Беленькое, чистое.

В душ его возьму с собой
Буду чистый и сухой.

*(Полотенце)*

**Инструктор:** Все эти предметы помогают нам следить за своим внешним видом, а как они называются!? предметы личной гигиены.

**Общая игра-эстафета "Мочалка".** Участники команд образуют один большой круг, взявшись за руки. Руки 2-х игроков, стоящих рядом, проходят внутри обруча. Обруч имитация мочалки. Нужно не разрывая рук, пролезть каждому игроку через обруч (внутри) и вернуть его на место.

*(Появляется «Грязнуля» чистая, не косолапая и не чихает. Инструктор удивляется).*

**Ведущий:** Грязнуля… Да нет, ты теперь не грязнуля…

**Грязнуля:** Ребята, как хорошо, что я к вам сюда попала. Вы меня сегодня столько всему научили, и теперь я не грязнуля. Я поняла, что здоровье – это здорово!

**Ведущий:** Молодцы ребята, обе команды очень хорошо справились со всеми заданиями, и я убедился в том, что все вы знаете золотые правила здоровья.

**Грязнуля:** а за праздник наш весёлый я вас всех благодарю. Умывайтесь, закаляйтесь, правильно питайтесь, будете здоровыми.