Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Высокогорская средняя общеобразовательная школа № 7»

Сценарий спортивного праздника

в группе старшего дошкольного возраста

**«День здоровья»**

Составитель: О.Н. Клецко воспитатель дошкольной группы

старшего дошкольного возраста

п. Высокогорский

07.04.2022г.

**Цель:** повышение социальной активности и укрепление здоровья дошкольников, приобщение их к физической культуре как составному элементу общенациональной культуры.  
  
**Задачи:**  
- приобщать детей к здоровому образу жизни;  
- развивать силовые качества и двигательную активность;  
- воспитывать такие качества как товарищество, дисциплинированность, дружелюбие, честность.  
- закреплять навыки выполнения спортивных циклических упражнений (бег, прыжки, ходьба, владение мячом).  
  
**Место проведения:** физкультурный зал.

**Предварительная работа:**

- беседы о здоровье, спорте, здоровом образе жизни, как сохранить свое здоровье;

- просмотр спортивных передач дома вместе с родителями;

- рассматривание альбомов, книг, фотографий, презентаций о видах спорта, спортсменах.

**Оборудование:**аудиозаписи для игр и эстафет; тюбик зубной пасты – 2шт.; лейка – 2шт.; ведро для мусора –2шт.; обруч – 2 шт.; мусор; платок – 2шт; мяч - 2шт.; лист бумаги – 2 шт.; мешок – 2 шт.; дуги – 2 шт.;набор карточек «Полезно — вредно!» – 2шт.; витамины.

Ход праздника

**Ведущий 1:** Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник День Здоровья. Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня на нашем празднике! Мы начинаем самые веселые из всех спортивных и самые спортивные из всех веселых соревнований – «Веселые старты»  
Помериться силой, побегать, попрыгать  
Зовем на площадку друзей.  
Веселые старты нас ждут на площадке,  
Спешите сюда поскорей.

Сегодня в соревнованиях участвуют две команды «Светлячки» и «Улыбка» Попросим команды поприветствовать друг друга.  
Команда «Светлячок» ваш девиз:

**Дети:**Хоть свет наш слаб и мы малы, но мы дружны и тем сильны.  
Команда «Улыбка» ваш девиз:

**Дети:**Жить без улыбки ошибка, да здравствует смех и улыбка!  
**Ведущий 2:** А кто скажет, что значит «быть здоровым?». (ответы детей) Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться, есть побольше витаминов и полезные продукты. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться.

Ведь от того, насколько часто вы занимаетесь спортом, зависит, каким будет ваше здоровье. И сегодня мы покажем, друг другу, как мы любим спорт и любим им заниматься. Для начала мы предлагаем командам поздороваться друг с другом.

**Игра «Давайте поздороваемся»**

*Под музыку дети гуляют по залу. Как только музыка заканчивается, дети подходят друг к другу и начинают здороваться: коленом, плечом, спиной, носом.*

**Ведущий 1:** А теперь, ребятки, отгадайте-ка загадки

Мы начнём, а вы кончайте,

Дружно вместе отвечайте:

1. Игра веселая футбол, уже забили первый …(гол)

2. Вот разбежался быстро кто- то

И без мяча влетел в …. (ворота)

3. В небо ласточкой вспорхнет,

Рыбкой в озеро нырнет (прыжки в воду)

4. На льду я вычертил восьмерку-

Поставил тренер мне пятерку.

Что это за вид спорта? (фигурное катание)

5. «Длинная, не палка, быстрая, не галка,

С ней так весело скакать. Что это?» (скакалка)

**Ведущий 2:** Замечательно! К нам на праздник мы пригласили доктора, который проведет осмотр участников перед соревнованиями. А вот и он. Встречайте его бурными аплодисментами.

*Дети садятся. Под музыку в зал заходит доктор*.

**Доктор:** Здравствуйте! Меня зовут доктор Пилюлькин.

**Ведущий 2:** Как вы добрались?

**Доктор:** Я еле-еле успел к вам на праздник.

По полям, по лесам, по лугам я бежал,

И два слова только шептала:

«Детский сад, детский сад, детский сад!»

**Ведущий 2:** Уважаемый доктор, вы ничуть не опоздали, наш праздник только начинается. Но нам нужна ваша помощь: перед всеми соревнованиями врач должен осмотреть спортсменов, не больны ли они, могут ли участвовать в соревнованиях.

**Доктор:** Я с удовольствием осмотрю ваших детей.

*Проводит осмотр детей.*

**Доктор:** У вас ангина? Скарлатина? Холерина? Аппендицит? Малярия и бронхит? Какие вы здоровые дети! Очень я доволен осмотром! Можно начинать соревнования! А чтобы вы были такими же здоровыми и крепкими: продолжайте заниматься спортом и принимать витамины, ну а я спешу к другим детям. До свидания!

*Доктор уходит.*

**Ведущий 1:**

Любим мы с ребятами,

В эстафеты играть

Прыгать, бегать, зажигать.

Зубы — как цветы на грядке,

Помни! и без лишних слов.

Содержи их все в порядке

Садовод своих зубов!

**1. Эстафета «Передай зубную пасту»**

Участники выстраиваются в колонну, у первого участника в руках зубная паста, по сигналу первый участник начинает передавать зубную пасту через левую сторону, как только зубная паста доходит до последнего участника, он возвращает ее с правой стороны. Побеждает та команда, которая быстрее закончит эстафету.

**Ведущий 2:**

Рано утром каждый день

Умываться нам не лень

**2. Эстафета «Мойдодыр»**

Участники выстраиваются в 2 колонны. Первый участник бежит до ведущего, ведущий стоит с лейкой. Имитация умывания. Возвращается к себе в команду передав эстафету следующему участнику. Побеждает та команда, которая быстрее закончит эстафету.

**Ведущий 1:**

Не бросайте никогда корки, шкурки, палки –

Быстро наши города превратятся в свалки.

Если мусорить сейчас, то довольно скоро

Могут вырасти у нас Мусорные горы.

**3. Эстафета «Убери мусор»**

По залу рассыпан мусор. Участники делятся на 2 команды. Первый участник бежит, подбирает мусор, закидывает в мусорное ведро и возвращается в команду, передавая эстафету следующему участнику. Побеждает та команда, которая быстрее закончит эстафету.

**4. Эстафета «Донеси листок бумаги»**  
Первому игроку кладут на ладонь правой руки тетрадный листок. По команде игрок стартует, добегает до стойки, огибаю ее, возвращается бегом обратно, быстро перекладывает листок бумаги на правую ладонь следующего игрока, встает в конец колонны. Во время бега лист должен лежать на ладони сам по себе, придерживать его нельзя, если лист упадет, его нужно поднять, положить на ладонь и продолжить путь.  
Выигрывает команда быстрее выполнившая задание.

**Ведущий 2:** Чтоб проворным стать атлетом, проведем мы эстафету.  
Будем бегать быстро, дружно, победить нам очень нужно!  
  
**5. Эстафета  «Бег в мешках*»***  
Дети, придерживая руками, мешки возле пояса бегут до обозначенного места. Обежав стойку, возвращаются к своим колоннам, вылезают из мешка и передают его следующему игроку. Так продолжается до тех пор, пока все дети не пробегут в мешках.  
Выигрывает команда быстрее выполнившая задание

**Ведущий 1:**  
Надо спортом заниматься,  
Надо, надо закаляться!  
Надо первым быть во всем,  
Нам болезни нипочем!  
  
**6. Эстафета «Сиамские близнецы»**

Два участника встают друг к другу спиной и крепко сцепляются руками. Бегут они боком. Спины игроков должны быть плотно прижаты друг к другу.

**Ведущий 2:**

**7.Эстафета: «Полезно — вредно!».**

На противоположной стороне лежат полезные и вредные продукты. Игроки первой команды преодолевая препятствие (пролезая под дугами, должны принести полезные для здоровья продукты, а вторая команда — вредные (муляжи).

**8.Игра - эстафета «Веселый платочек».**

Дети в командах становятся парами лицом друг к другу берут платок за уголки на середину платка кладут мячик и несут вместе, обходят куб и бегут, обратно передавая эстафету другой паре.

**Ведущий 1:** Вот и подошел к финалу наш праздник «Веселые старты» Ребята, вы отлично справились со всеми заданиями. Все участники показали свою ловкость, силу и быстроту. А главное получили заряд бодрости и хорошего настроения.

**Ведущий 2:**

Очень рады за вас сегодня,

И совет такой вам дадим –

Занимайтесь физкультурой,

По утрам и вечерам!

А за праздник наш весёлый

Мы вас всех благодарим.

И полезные витамины

На здоровье всем дадим*. (Угощение витаминами).*