

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №11 «Голубой вагон» г. Сальска

**Сценарий**  
**спортивного праздника**  
**«В здоровом теле-здоровый смех»!**  
**в общеразвивающей группе (5-7) лет**

Инструктор по физической культуре  
высшей квалификационной категории  
Пономаренко О.В.

2020 год

**Цель:** Формирование у детей интереса и ценностного отношения к своему здоровью, а также к занятиям физической культурой.

**Задачи:**

1. Развивать силу, ловкость, быстроту, выносливость в играх-эстафетах.
2. Обогащать двигательный опыт детей, развивать ориентировку в пространстве, координацию движений.
3. Создавать положительный эмоциональный настрой, желание заниматься физкультурой.

**Оборудование:** обручи (2шт., красный и желтый), ленты (6 желтых, 6 красных, мячи (синий, красный, зеленый, желтый), самокаты (2 шт.), платки (6 шт.), муляжи овощей и фруктов.

**Ход праздника:**

Физкультурный зал украшен атрибутами. Под музыку дети входят в зал.  
*Выходит Скоморох.*

**Скоморох:** Внимание, внимание, скорее на праздник!

Сегодня День Здоровья для всех ребят наступит!

Здравствуйте, здравствуйте, гости дорогие!

**Скоморох:** Грустить сегодня не полагается!

Громко смеяться – разрешается!

Итак, наш праздник Здоровья продолжается!

Что нужно делать, чтобы быть здоровым, крепким?

**Дети:** Нужно делать зарядку, принимать витамины, чистить зубы, закаляться.

**Скоморох:** Правильно, ребята!

Вместе с солнышком проснись,

На зарядку становись,

Будем бегать и шагать

И здоровье укреплять!

*Под музыку дети выполняют зарядку.*

**Комплекс упражнений:**

1. Ходьба на месте.
2. «Повороты головы». И.п.: основная стойка. 1 – повернуть голову вправо (влево), 2 – и.п.
3. «Повороты в стороны». И.п.: стоя, руки на поясе, 1 – правую (левую) руку в сторону, поворачивая туловище, 2 – и.п.
4. «Наклоны вперед» Достать до носочков, замереть, выпрямиться.
5. Поднимаемся на носочки и опускаемся,
6. «Приседаем». 5-10 раз
7. «Прыжки на одной и на двух ногах»
8. Дыхательные упражнения.

**Стихи: (читают дети)**

1. Для здоровья и порядка  
Начинайте день с зарядки!  
Вы не ешьте мясо в тесте,  
Будет талия на месте.
2. Долго, долго, долго спал –  
Это недугов сигнал.  
Закаляйтесь, упражняйтесь  
И хандре не поддавайтесь!
3. Спорт и фрукты я люблю,  
Тем здоровье берегу.  
Все режимы соблюдаю,  
И болезней я не знаю!
4. Когда вернешься ты домой,  
Прими душ и песню спой:  
Я купаюсь, обливаюсь:  
Ясно всем, что закаляюсь,  
Я отбросил много бед –  
Укрепил иммунитет.
5. Ешьте яблоки и груши,  
Ваша кожа будет лучше.  
Съешьте вы еще лимон,  
Усвоить кальций поможет он.
6. Я активно отдыхаю  
И здоровье укрепляю,  
Ни на что не сетую,  
Что и я вам советую!

**Скоморох:** Подходи, не ленись!  
Играй, веселись!

**Эстафета «Собери солнышко»:**

Дети по одному из команды подбегают к своему столу у противоположной стены, берут по одной детали солнышка, прибегают к своей команде, и

выкладывают в обруче солнышко. Побеждает команда, которая быстрее соберёт своё солнышко.

**Эстафета: «Отважные наездники»**

Участвуют по 4 человека от каждой команды. Игроки выстраиваются у стартовой линии друг за другом. У первых членов команд самокат. Задача игроков: преодолеть на самокате расстояние до ориентира, обогнуть его, вернуться обратно и передать самокат следующему участнику.

**Игра «Сигналы»:**

Скоморох держит в руках мячики разного цвета, которые соответствуют определенным движениям, оговоренным заранее, перед игрой:

красный мячик – дети бегают,  
синий мячик – дети прыгают,  
зеленый мячик – дети хлопают в ладоши,  
желтый мячик - дети топают ногами.

Игроки под музыку выполняют движения, соответствующие цвету шара, те, кто неверно выполнил движение – выбывает из игры. Игра продолжается до одного – двух победителей – самых внимательных.

**Эстафета с полезными продуктами «Быстрее передай»!**

**Игра «Бери платок»:**

Скоморох по кругу, в центре зала, выкладывает платочки на небольшом расстоянии друг от друга. Игроки выстраиваются в круг, под музыку идут по кругу, можно подскоками с ноги на ногу. Как музыка закончится, дети подбегают к платочкам и берут их. Тот, кому платочек не достался, выбывает из игры. Игра проводится 2 -3 раза.

Правила игры: Нельзя бежать брать платочек, если музыка еще звучит. Нельзя толкаться, выхватывать из рук платки. Каждый раз инструктор забирает по одному платочку.

**Скоморох:** Праздник наш подошел к концу!

Спасибо за внимание –  
До скорого свидания!

**Скоморох:** А сейчас для всех для вас

Будет русский перепляс.

Кто станцует веселее?

Подходи сюда скорее!

В танцевальном конкурсе используется музыка разных народных танцев: «Порушка-параня», «Цыганочка», «Лезгинка».

*В финале конкурса Скоморох подходит к лучшим танцорам и награждает призами (Фрукты).*

