

# Сценарий спортивного праздника

## к Дню Здоровья

Ведущий: здравствуйте ребята, мы рады приветствовать вас на нашем празднике, посвященном дню здоровья.

Ребята, а как вы понимаете, что такое здоровье?

И что надо делать, чтобы быть здоровым (дети отвечают)

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.

Только тот всегда здоров, кто по совету докторов

Очень любит закаляться, любит спортом заниматься.

Вы скажите мне, ребятки, утром делали зарядку?

**Дети делают зарядку под песенку «зайцы делают зарядку.**

Ведущий:

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

### **1 эстафета «Прогони пауков»**

3 команды по 6 человек строятся перед линией старта. На другом конце зала стоят ведерки. каждый участник с веником и совком собирает по пауку и сметает его в ведро, игра продолжается до окончания музыки. Побеждает та команда которая больше всего набрала паучков

### **2. эстафета «Баба Яга в тылу врага»**

Ребёнок садится на веник верхом и бежит до ориентира, обегает его и возвращается к команде, передаёт метлу следующему игроку

### **3. Эстафета «Полезно — вредно! ».**

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

Ведущий: А сейчас ребята отгадайте загадки о предметах личной гигиены.

#### **загадки**

Костяная спинка, Я не сливки, не сметана,

Жёсткая щетинка, Но похожа я на них.

С пастой мятной дружит, По утрам всегда я

Нам усердно служит. На зубы попадаю.

(зубная щётка) (зубная паста)

Хожу, брожу не по лесам, Говорит дорожка -

А по усам и волосам. Два вышитых конца.

А зубы у меня длинней, Помойся хоть немножко,

Чем у волков и медведей. И краску смой с лица!

(расчёска) Иначе ты в полдня,

Испачкаешь меня.

(полотенце)

Ускользает, как живое, Зубов много,

Но не выпущу его я. А ничего не ест.

Белой пеной пенится, (расчёска)

Руки мыть не ленится.

(мыло)

Молодцы, все правильно отгадали, а сейчас следующая эстафета.

#### **4 эстафета: «Собери банные принадлежности»**

Игроки каждой команды поочередно собирают банные принадлежности в сумку и передают ее следующему.

Ведущий:

Вот и вспомнили, ребята,

Что для бани иметь надо,

А когда всё соберём,

Мыться мы тогда пойдём.

Ведущий: Мы сильны, ловки, здоровы – Саши, Маши, Пети, Вовы.

Вот сейчас мы и покажем, это делом вам докажем!

#### **5. эстафета: «Езда в тазиках»**

Задание: Первый игрок садится в тазик и переправляется к стулу, затем он бегом возвращается к команде. Следующий игрок добегают до стула, садится в тазик и возвращается к команде, передвигаясь в тазике и т. д.

Ведущий. А теперь давайте с вами поиграем, если вы со мной согласны - хлопайте в ладоши.

Если не согласны – топайте ногами».

1. Чтоб здоровым быть нам зарядку делать по утрам?

2. Чтоб здоровым быть надо много кушать чипсов и хот-догов?

3. Чтоб зимою не болеть,

На улице надо петь

4. Чтоб здоровым быть руки нельзя мыть?

5. Вас прошу я дать ответ:

Это правда или нет?

Чтоб с микробами не знаться,

Надо, дети, закаляться?

Грязных ягод иногда, съесть полезно дети? (нет)

6. Никогда чтоб не хворать,

Надо целый день проспять?

7. Хочешь самым крепким стать?

Сосульки начинай лизать!

8. Чтоб здоровым быть надо колы много пить?

9. А от гриппа, и ангины

Нас спасают витамины?

10. Будешь кушать лук, чеснок –

Тебя простуда не найдет?

Ведущий: «Молодцы ребята, вижу я, что знаете вы что надо делать что бы быть здоровыми. А еще надо кушать витамины.

6. Эстафета «вкусные витаминки»

3 команды по 6 человек поочередно, преодолевая препятствия, бегут до ориентира (кубика) на котором стоят тарелочки с нарезанными фруктами. съедают по одному кусочку и возвращаются.

#### 7. Эстафета «почисти зубки»

3 команды по 6 человек бегут по очереди до ориентира с зубной щеткой в руках. Чистят зубки крокодилу и возвращаются назад, передавая зубную щетку следующему игроку.

#### **Игра «это я, это я, это все мои друзья»**

В этой игре проверяется внимание. Если ответ отрицательный то все молчат, а если положительный отвечают хором фразой: “Это я, это я, это все мои друзья”.

- Кто по сторонам не глядя,

Каждый день шагает в садик?

- Кто по сторонам не глядя,

Каждый день шагает в садик?

- Знает кто, что красный цвет

Означает: хода нет.

- Кто из вас из малышей,

Ходит грязный до ушей?

- Кто любит маме помогать,

По дому мусор рассыпать?

- Кто одежду бережёт,

Под кровать её кладёт?

- Кто ложится рано спать

В ботинках грязных на кровать?

- Кто, из вас идя, домой,

Мяч гонял по мостовой?

- Кто из вас не ходит хмурый,

Любит спорт и физкультуру?

Молодцы ребята, на этом наши соревнования подходят к концу, набегались, напрыгались, здоровье укрепили.

**Сценарий**  
**спортивного праздника к**  
**Дню Здоровья**

**Инструктор по ФК**  
**Бояркина Н.П.**

**2015 год**