**Сценарий спортивного праздника, посвященному Дню здоровья,**

**«Здоровье - это здорово!»**

***Составили и провели: инструктор по физической культуре Кузнецова Л. В.***

***инструктор по физической культуре Дразкова Е. В.***

**Цель:**Создание веселого бодрого настроения, развивать позитивный интерес к физической культуре и спорту, укрепление здоровья, пропаганда здорового образа жизни, закреплять культурно-гигиенические навыки у детей.

**Задачи:**

**Оздоровительные:**

- способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата и формированию правильной осанки.

**Образовательные:**

- формировать двигательные умения и навыки;

-формировать представление детей об оздоровительном воздействии физических упражнений на организм;

- обучать игре в команде.

**Развивающие:**

**-** развивать морально-волевые качества.

- развивать быстроту, силу, ловкость, меткость, память.

- развивать интерес к спортивным играм;

**Воспитательные:**

- воспитывать в детях потребность в ежедневных физических упражнениях;

- развивать чувство товарищества, взаимопомощь, интерес к физической культуре.

**Оборудование:**

стойки, мячи, обручи, гимнастические палки, корзины, кегли, самокаты, канат, муляжи фруктов и овощей, инвентарь для полосы препятствий.

**Музыкальное оформление:** маршевая музыка на выход команд, музыкальное сопровождение для конкурсов, на награждение звучат фанфары.

**Ход мероприятия**

*(Звучит фонограмма веселой мелодии на спортивную тематику).*

**Инструктор:** внимание, внимание! Приглашаем всех мальчишек и девчонок отправиться вместе с нами в страну Спорта и Здоровья; предлагаю взять с собой быстроту, смелость, находчивость, смекалку, а заодно захватить терпение болельщика.

**Инструктор:** что нас делает здоровыми?

Солнце, воздух и вода,

И веселая зарядка,

И, конечно же, друзья!

Звонкий смех, сиянье глаз

Поднимают настроение,

Сегодня праздник День здоровья,

И мы хотим вам показать,

Как можно бегать, прыгать, ползать,

С мячами можно как играть!

**Инструктор:** Спорт и физкультура,

Всех вперёд ведут.

В трудную минуту

Нас не подведут

**Инструктор:** Всем людям –

Взрослым, пожилым,

Ребятам, без сомнения,

Чтоб долго жить,

Активным быть,

Необходимы упражнения.

Чтоб время даром не терять,

Разминку будем начинать**.**

**Инструктор:** В круг скорее все вставайте,

Упражненья выполняйте,

За мною дружно повторяйте.

Каждый день по утрам делаем зарядку!

Очень нравится нам всё, делать по порядку:

Весело шагать, (маршируют)

Руки поднимать (упражнения для рук)

Приседать и вставать (приседают)

Прыгать да скакать (прыгают)

Здоровье в порядке - спасибо зарядке!

Дети выполняют под музыку ритмическую гимнастику под музыку **«Солнышко лучистое»**

***Инструктор:*** *Все собрались, все здоровы?*

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда не ленись

Друг за другом становись.

**Выходит Доктор Айболит.**

**Айболит.** Здравствуйте, детишки,

Девчонки и мальчишки.

Я рад приветствовать вас.

В Стране Здоровячков.

С чем вы пожаловали?

**Инструктор:** Мы хотим укрепить свое здоровье.

**Айболит**. А что вы умеете делать?

**Дети**. - Я быстро бегаю. - Я высоко прыгаю. - Я метко метаю. - Я умею высоко лазать и т. д.

**Айболит**. Проходите друзья, будем играть и здоровье укреплять. Я вам дам много полезных советов, как сохранить и укрепить здоровье. Прежде чем вам дать советы. Отгадайте вы секреты. Я начну, а вы продолжайте. Дружно хором отвечайте.

Чтоб здоровым, чистым быть Нужно руки … (с мылом мыть)

Здоровье в порядке Спасибо… (зарядке)

Ежедневно закаляйся. Водой холодной… (обливайся)

Не болеет только тот, Кто здоров и любит …(спорт)

Защититься от ангины Нам помогут …(витамины).

Молодцы секреты отгадали. Пора приступать к соревнованиям.

**Инструктор:** Чтоб проворным стать атлетом проведем мы эстафеты!!!

Будем бегать быстро, дружно

Победить вам очень нужно!

**1-Эстафета «Мяч путешественник»** (1 бежит с мячом кладет его, возле ориентира в обруч возвращается, передает эстафету 2 бежит и забирает мяч).

**2-Эстафета *«Прыжки на двух ногах из обруча в обруч и через препятствие».***

У каждой команды по 3 обруча. Необходимо как можно быстрее прыгать из обруча в обруч, через препятствие при этом их не задеть. Оценивается скорость и аккуратность ребенка.

**3-эстафета.*****«Попади в цель».***

У каждого ребенка в руке мяч. Участникам необходимо попасть мечом в цель (бросить его в корзину). Оценивается общее число попаданий в каждой команде.

**4**. **Эстафета «Езда на самокатах».**

Дети встают в колонну и по команде едут на самокате до стойки, объезжают её и возвращаются обратно, передают эстафету следующему участнику. Выигрывает та команда, которая первой закончит эстафету.

**Айболит:** А сейчас, давайте поиграем в игру «Да и нет».

Чтоб здоровым оставаться нужно правильно питаться!

Вам, ребята, нужно быть внимательными, если еда полезная – отвечать

«ДА», если не полезная – «НЕТ»

#### **Игра «Да и нет»**

Вас прошу я дать ответ:  
Это правда или нет?  
Чтоб с микробами не знаться,  
Надо, дети, закаляться?

Никогда чтоб не хворать,  
Надо целый день проспать?

Если хочешь сильным быть,  
Со спортом надобно дружить?

Хочешь самым крепким стать?  
Сосульки начинай лизать!

Ешь побольше витаминов -  
Будешь сильным и красивым?

Фрукты - просто красота!  
Это нам полезно?

Грязных ягод иногда.  
Съесть полезно, детки?

Съесть мешок большой конфет.  
Это вредно дети?  
Лишь полезная еда.  
На столе у нас всегда!

А раз полезная еда -  
Будем мы здоровы?

**Инструктор:** раз, два, три, четыре, пять. Продолжаем мы играть.

**5-Эстафета «Неваляшки».**

*В  лежащие обручи поставлено по одной кегле. Первый участник эстафеты бежит, рукой кладет кеглю на пол, огибает стойку и возвращается по прямой. Второй участник команды бежит и ставит кеглю в обруч, огибает стойку и возвращается бегом по прямой.*

**Инструктор:** Мышцы крепкие нужны,  
Руки сильные важны!  
В строй скорее становись,  
Да крепче за канат держись!  
**6-Эстафета «Перетягивание каната»**

**Инструктор:** Молодцы, ребята, вы здорово справились с заданиями! Это все потому, что дружите со спортом.

**Инструктор:** а теперь мы поиграем в игру с ребятами.

**Игра «Витаминки»** в центре круга выложены витаминки – маленькие разноцветные мячи на один меньше чем игроков. Под музыку дети бегут по кругу муз. Останавливаются нужно взять мяч. Кому не хватило, выбивает из игры и так до последнего игрока.

**Игра «Назови полезный продукт».** *Дети становятся в круг. Ведущий по очереди бросает мяч ребенку, он должен назвать полезный продукт и бросить мяч обратно водящему.*

**Инструктор**: Все команды хорошо играли, все сразу здоровыми стали.

Вот настал момент прощанья.

Всем спасибо за вниманье,

За задор и звонкий смех,

За огонь соревнованья,

Обеспечивший успех.

**Айболит**: В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом не разлучен.

Проживешь ты до ста лет!

Вот и весь секрет!

Праздник завершать пора. Крикнем празднику «Ура!»

**Инструктор:**

Всем желаю здоровья,

Не болеть и не хворать

Чтоб весеннююпогоду,

 Вам здоровыми встречать!

До свидания! До новых встреч!

Под музыку выходят из зала.