# Сценарий спортивно-музыкального праздника

# «Мы быстрые и ловкие!»

# ДЛЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

# Составитель инструктор физкультуры

# МДОУ «Детский сад «Колокольчик»

# Доколько Татьяна Юрьевна

**Цель:**

Формировать у детей сознательную установку на здоровый образ жизни.

**Задачи:**

Закрепить знания детей о влиянии на здоровье двигательной активности, закаливания, питания, свежего воздуха, настроения.

Развивать познавательный интерес, мыслительную активность.

Воспитывать желание самим заботится о своем здоровье.

Развивать быстроту, ловкость, внимание.

**Оборудование**

эмблема Ангина, Микроб; конусы; 2 кастрюли; муляжи овощей и фруктов; предметы личной гигиены (зубная щётка, расчёска, носовой платок, полотенце, тапочки) ; 2 ведра больших с водой и 2 маленьких ведра; обруч, гимнастические палки по количеству детей.

**Королева Здоровья**.:

Здравствуйте, ребята! Я - Королева Здоровья. Сегодня отмечается Международный День Здоровья и я пришла к вам в гости. Здоровье – это дар, который мы с вами должны беречь, чтобы всегда быть веселыми, сильными и красивыми.

Что необходимо делать, чтобы быть здоровыми?

**Дети.** Заниматься физкультурой, соблюдать режим дня: делать по утрам зарядку, гулять на свежем воздухе, мыть руки после прогулки, перед едой, есть витамины.

**Королева Здоровья**

. Ребята если мы здороваемся с кем-нибудь, что это значит?

**Дети**. Мы желаем ему здоровья!

**Королева Здоровья.** Давайте и мы друг с другом поздороваемся.

Перестроение в колонну по два.

**Коммуникативная игра**

**«Здравствуйте! »**

Дети идут по кругу и проговаривают слова.

Кого ни повстречаем,

Здоровья пожелаем.

При встрече, как зверята,

«Здравствуй», - говорят ребята (руками) .

Дети поворачиваются друг к другу и пожимают руки.

Кого ни повстречаем,

Здоровья пожелаем.

При встрече, как зверята,

«Здравствуй», - говорят ребята (носами) .

Дети, стоя лицом друг к другу, трутся носами. То же спинами, щёчками, ногами.

Кого ни повстречаем,

Здоровья пожелаем.

При встрече, как зверята,

Обнимаются ребята.

Под музыку выходит «Ангина» с «микробами».

**Ангина.**

И чего шумите? Здоровья хотите? Хотите быть крепкими, сильными, здоровыми, чистенькими? Ничего у вас не получится. Я вам не позволю!

**Королева Здоровья**.

Объясни, кто ты такая? Посмотри на себя!

**Ангина**

- А что такое? (осматривает себя) Всё прекрасно! Меня все очень любят. Из-за меня все сидят дома, болеют, кашляют, чихают. Я – ангина. А это мои верные друзья – микробы! Их любят все грязнули на свете!

На середину площадки выходят дети – «Микробы».

1 Микроб.

Там, где грязь, живут микробы.

Мелкие - не увидать.

Нас, микробов, очень много,

Невозможно сосчитать.

2 Микроб.

Мельче комаров и мошек

Во много-много тысяч раз.

Тьма невидимых зверушек,

Жить предпочитаем в вас.

3 Микроб.

Если грязными руками

Кушать или трогать рот,

Непременно от микробов

Сильно заболит живот.

Дети – «Микробы» садятся.

**Королева Здоровья**

. Признавайся, для чего ты сюда пришла?

**Ангина**

. Я ищу себе новый дом, где много ребятишек. И вообще, как чихну на вас – сразу все заболеете!

**Королева Здоровья.**

Нет, не будем мы болеть! Ребята любят заниматься спортом и мы сейчас покажем тебе какие мы быстрые.

**Игра – эстафета «Мы ребята - быстрые»**

Мальчики строятся в две колонны. По команде первые участники бегут между конусами «змейкой» и обратно возвращаются по прямой к своей команде, передав эстафету следующему.

**Ангина.**

Подумаешь, какие ловкие!

**Королева Здоровья**

. А ещё наши ребята знают пользу фруктов и овощей и умеют отгадывать загадки про них.

1. Расту в земле на грядке я.

Красная, длинная, сладкая. (Морковь)

2. Уродилась я на славу.

Голова бела, кудрява.

Кто любит щи

Меня в них ищи. (Капуста)

3. Заставил плакать всех вокруг

Хоть он и не драчун, а … (Лук)

4. Маленький горький – луку брат. (Чеснок)

5. Круглое румяное.

Я расту на ветке:

Любят меня взрослые

И маленькие детки. (Яблоко)

**Королева Здоровья**

. Сейчас мы с вами сварим полезный суп и компот.

**Игра «Суп из овощей и компот из фруктов»**

Девочки делятся на две команды. На подносе напротив каждой команды разложены овощи и фрукты. По сигналу участники одной команды отбирают только овощи и складывают их в кастрюльку. Участники другой команды – только фрукты.

**Ангина.**

Что-то мне не нравятся эти детишки. Какие-то они слишком умные, всё знают. Вот я сейчас их проверю.

**Игра «Хлопни, топни»**

Правильная фраза – хлопать, неправильная – топать.

Надо есть побольше чипсов (дети топают,

Пейте фруктовый сок (дети хлопают,

Пей воду из-под крана (дети топают,

Полощи рот после еды (дети хлопают,

Пей побольше фанты, колу (дети топают,

Часто ешь хот-дог и сникерс (дети топают,

Кушай творог, рыбу ешь (дети хлопают,

Яблоки и апельсины – для здоровья витамины (дети хлопают) .

**Ангина.**

Вас так просто не возьмёшь.

**Королева Здоровья**

. Конечно, ведь наши ребята знают, что нужно делать, чтоб быть здоровыми. И сейчас они споют частушки о здоровом образе жизни.

Частушки

1-й ребёнок:

От простой воды и мыла

У микробов тают силы.

Чтоб микробам жизнь не дать,

Руки в рот не надо брать.

2-й ребёнок:

Всякий раз, когда едим,

О здоровье думаем:

Мне не нужен жирный крем,

Лучше я морковку съем.

3-й ребёнок:

Физкультурой занимайся,

Чтоб здоровье сохранять,

И от лени постарайся

Побыстрее убежать.

4-й ребёнок:

Ты зарядкой занимайся,

Если хочешь быть здоров.

Водой холодной обливайся-

Позабудешь докторов.

**Королева Здоровья**

. Вот, мы какие сильные, ловкие, смелые и веселые. Ангина, ребята знают о том, что для того чтобы быть здоровым, нужно не только кушать витамины и быть сильным, нужно еще знать и выполнять правила личной гигиены! Послушайте советы, которые приготовили дети!

Выходят 4 ребенка и рассказывают советы:

1-й. Мальчики и девочки слушайте советы,

Чтобы быть здоровым и зимой и летом!

Руки мой перед едой, поиграв на улице и не надо хмуриться,

2-й. Вымой руки с мылом, чтобы быть красивым!

Любишь с кошкой поиграть, подойди ее погладь,

но, прошу, не позабыть, руки сразу надо мыть!

3-й. Ты кашу всю скушал - тарелку помой, а то там микробы целой горой

усядутся дружно и будут болтать: «Как хорошо нам ребят заражать! »

4-й. Чьи это крылышки быстро мелькают? Мухи по комнате вашей летают.

На мусорной куче они побывали, микробов на лапки свои нацепляли,

Потом, прилетая, садятся на хлеб, чтоб заразился скорей человек!

Вместе. Животных ребята вы охраняйте, но этих злодеек в дом не пускайте!

**Королева Здоровья.**

Я предлагаю вам показать ангине, какие вы знаете предметы личной гигиены, которые ни в коем случае нельзя давать даже тем, кого любишь.

**Игра «Можно - нельзя».**

Дети строятся в две колонны. По команде первые участники бегут, отбирают вещи, которыми пользуется каждый (расчёска, полотенце, зубная щётка и др.) и возвращаются обратно к своей команде, передав эстафету следующему.

**Ангина.**

Ой, ой… здесь мне делать нечего, вы знаете все правила, чтобы не болеть. Лучше я уйду от вас, поищу других ребят, которые любят грязь. Вот такие мне нужны ребята!

Ангина убегает.

**Королева Здоровья.**

Кто из вас ребята знает, что закалке помогает и полезно нам всегда?

**Дети.**

Солнце, воздух и вода!

**Королева Здоровья.**

Нас весна гулять зовёт, солнышко давно нас ждёт!

**Эстафета «Собери солнышко».**

Дети по одному из команды подбегают к обручу и выкладывают в солнышко гимнастическими палками.

**Королева Здоровья**

. А теперь я предлагаю вам ребята продолжить пословицы:

1. Здоровье в порядке … (спасибо зарядке) .

2. Если хочешь быть здоров… (закаляйся)

3. Чистота … (залог здоровья)

4. В здоровом теле (здоровый дух)

5. Сон (лучшее лекарство)

**Королева Здоровья**

. Я вижу ребята, что вы все дружные и смелые. А песню о здоровье знаете?

Дети исполняют песню о спорте и здоровье.

**Королева Здоровья**

. Спасибо вам ребята! Вам я желаю всегда быть крепкими, не болеть, соблюдать правила личной гигиены и тогда мы с вами останемся навсегда верными друзьями. Я хочу вам подарить витамины, которые помогут вам быть здоровыми.

Безволие, неряшливость и лень-

К заболеваниям первая ступень.

Гуляй на воздухе, не ешь ты перед сном,

А летом спи с распахнутым окном,

Дружи с водой, купайся, обтирайся,

Зимой и летом физкультурой занимайся!

Наш праздник подошёл к концу! Будьте все здоровы!

Ну а мне пора в своё королевство.

Дети уходят.