

## Сценарий спортивного развлечения «Быть здоровыми хотим» для детей средней группы.

**Цель:** приобщение детей к здоровому образу жизни посредством активизации двигательной и игровой деятельности.

**Оздоровительные задачи:** укрепление здоровья детей, физическое развитие, повышение активности и работоспособности, создание бодрого и жизнерадостного настроения.

**Образовательные задачи:** закрепление знаний детей о культурно-гигиенических навыках; закреплять знание овощей и фруктов; воспитывать желание вести здоровый образ жизни; развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах совершенствование двигательных умений, навыков, развитие физических качеств и выразительности двигательных действий, формирование основ праздничной культуры.

**Воспитательные задачи:** формирование у детей стремления к систематическим занятиям физкультурой, потребности в здоровом образе жизни.

**Предварительная работа:** Беседа, отгадывание загадок, просмотр мультфильмов, заучивание потешек, стихов о культурно – гигиенических навыках.

**Атрибуты к мероприятию:** сундук, мыло, зубная щетка, полотенце, расческа, зеркало, мячи, ориентиры, корзины, кубики, метёлки, обручи.

**Участники развлечения:** дети средней группы «Непоседы», воспитатели.

### **Ход праздника:**

Под музыку В. Шаинского «В каждом маленьком ребенке...» дети входят в зал рассаживаются на стулья.

**Ведущий:** Детский сад у нас хорош,

Лучше сада не найдешь.

Нам здесь некогда скучать,

Праздник пора начинать!

А что бы быть здоровым, как вы думаете ребята, с чего нужно начинать каждое утро?

Дети: с зарядки.

Проводится зарядка под музыку «Солнышко лучистое ...»

(за дверью кто-то плачет)

Ведущий: что за шум, что случилось?

(входит «грязнулькин» взлохмоченный, грязный, рубашка застегнута криво)

Грязнулькин: Одеяло убежало, улетела простыня  
И подушка, как лягушка ускакала от меня.

Я за свечку- свечка в печку.

Я за книжку- та бежать и в припрыжку под кровать.

Я хочу напиток чаю к самовару подбегаю,

Но пузатый от меня убежал, как от огня.

**Ведущий:** Мальчик только носик мочет,

Умываться он не хочет.

Как, ребята, называется

Тот, кто плохо умывается?

**Дети:** грязнули

**Ведущий:** (обращается к «грязнуле»)

Ах, ты гадкий, ах, ты грязный

Не умытый поросенок, ты чернее трубочиста

Полубуйся на себя. (подает зеркало) У тебя на шее вакса,

У тебя под носом клякса, у тебя такие руки,

Что сбежали даже брюки, убежали от тебя.

**Грязнулькин:** я всегда таким ходил, и ничего. (рассматривает себя)

**Ведущий:** У меня есть Сундучок чистоты, этот сундучок должен помочь. А вот что в сундучке вы ребята должны отгадать.

\*\*\*

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я,

Белой пеной пенится.

Руки мыть не ленится. (мыло)

\*\*\*

Пластмассовая спинка,

Жёсткая щетинка,

С зубной пастой дружит

Зубам усердно служит. (зубная щётка)

\*\*\*

Вытираю я, стараюсь,

После ванной паренька,

Всё намокло, всё измялось,

Нет сухого уголка. (полотенце)

\*\*\*

Хожу - брожу не по лесам,

А по усам и волосам,  
А зубы у меня длиннее,  
Чем у волка и медведя. (расческа)

\*\*\*

И сияет, и блестит,  
Никому оно не льстит,  
А любому правду скажет,  
Всё как есть ему покажет. (зеркало)

**Ведущий:** Скажите, пожалуйста, для чего нужны предметы, которые я положила в Сундучок чистоты? (ответы детей)

- Давайте отдадим Сундучок Грязнуле, пусть он приведёт себя в порядок.

**Ведущий:** Воду тёплую открой – Руки грязные отмой!

Надо, надо умываться

По утрам и вечерам,

А нечистым трубочистам

Стыд и срам, стыд и срам! (отдаёт мыло, полотенце, расчёску).

Грязнуля под музыку уходит умываться, приводить себя в порядок.

**Ведущий:** Пока ждём, давайте Ребята, улыбнитесь друг другу и посмотрите какие у вас зубки? Какие Вы красивые, когда улыбаетесь. Наши ребята знают потешки.

Потешки

\*\*\*

Рано утром звери встали,

Зубки чистить побежали.

Чистят зубки мишки

Щеточкой из шишки.

Белка в рыжей шубке

Тоже чистит зубки.

Серые мышата,

Веселые ежата.

Серый волк зубастый

Чистят зубки пастой.

Чистят поросенок

И смешной лосенок.

Чтобы зубки не болели,

Как снежинки чтоб белели,

Чистить вкусной пастой

Надо зубки часто!

\*\*\*

Снует зубная щетка,  
Как по морю лодка,  
Как по речке пароход  
По зубам она идет,  
Вверх и вниз, туда-обратно.  
Счистим мы налет и пятна.  
Чтобы зубки не болели,  
Чтоб как зимний снег белели

Звучит музыка входит чистый, умытый грязнуля (скромный,  
стеснительный, счастливый)

**Ведущий:** Вот теперь другое дело, приятно на тебя посмотреть. Где чистота, там здоровье!

**Грязнулькин:** Да здравствует мыло душистое,  
И полотенце пушистое,  
И зубной порошок,  
И густой гребешок!

Теперь я всегда буду ходить чистым, и следить за собой. (прощается с ребятами и гостями).

**Ведущий:** Внимание, внимание!

Начинаем соревнования!  
Даши, Дани все детишки,  
Подтянули вы штанишки.  
Громко крикнули в ответ  
Вы уже готовы ...

Ага, попались,  
Громко крикнули тогда  
Вы уже готовы...

**Ведущий:** Команды ждут веселых стартов – итак, мы начинаем.  
Стук в дверь.

**Ведущий:** Что за гость спешит на праздник?

Как зовут его, узнай?

А для этого загадку поскорее отгадай:

Приходи к нему лечиться  
Зверь любой, любая птица.

Всем помочь он поспешит

Добрый доктор ...

**Дети:** Айболит!

Звучит музыка входит Айболит

**Айболит:** Здравствуйте, ребятки, розовые пятки! Не, не так.

Здравствуйте, детишки, картошкой носишки! Не, не так.

Здравствуйте, детишки, в горошек трусишки! Не, не так.

Здравствуйте, карапузики, пухленькие пузики! Не, не так.

Здравствуйте, дети, лучшие на свете!

**Дети:** Здравствуйте!

**Айболит:** Ох, дети, еле-еле успел. По полям, по лесам я бежал и все время шептал: детский сад, детский сад, детский сад. И вот я здесь! У вас ангина?

**Дети:** Нет.

**Айболит:** Скарлатина?

**Дети:** Нет!

**Айболит:** Холерина?

**Дети:** Нет!

**Айболит:** Аппендицит?

**Дети:** Нет!

**Айболит:** Так вы здоровы?

**Дети:** Здоровы!

**Айболит:** А к проверке готовы?

**Дети:** Готовы!

**Айболит:** Так-так-так! Дышите — не дышите! Все в порядке отдохните!

Руки вместе поднимите, превосходно, опустите, наклонитесь, станьте прямо, улыбнитесь. Да, я доволен осмотром, здоровы, действительно здоровы!

Можно начинать состязания. Я слышу какой-то странный звук!

(Звучит музыка)

Вбегает Баба-Яга. Она держится за сердце, за поясницу, охает.

**Айболит:** Баба-Яга, что с тобой, ты заболела? Вставай, у ребят сегодня спортивный праздник.

**Баба-Яга:** Еле-еле тебя догнала, Айболит, худо мне. Все болит, все хрустит.

**Айболит:** А что ты кушаешь?

**Баба-Яга:** Чипысы, ... (перечисляет вредные продукты), Сникерсы очень люблю!

**Айболит:** Ты неправильно питаешься.

Будешь кушать «Сникерс» сладкий,

Будут зубы не в порядке.

Если кто не верит –

На себе проверит.

Ребята, какую еду, что нужно кушать, чтобы быть здоровым и сильным?

**Дети:** Овощи, фрукты.

**Айболит:** Скоро лето, поспеют ягоды, вырастут фрукты и овощи. Ешьте их как можно больше, ведь это живые витамины! Но не забывайте, что их нужно мыть водой, а руки — мылом. От простой воды и мыла у микробов тает сила.

**Айболит:** А что ты любишь пить?

**Баба-Яга:** Фанту, колу, спрайт!

**Айболит:** Ой-ой-ой! Ты же губишь себя! А поведай – ка мне, голубушка, о своем двигательном режиме. А скажи-ка, Яга, чем ты занята по утрам?

**Баба-Яга:** Я, ребята, долго сплю, до полудня я храплю.

**Айболит:** Расскажи, но по порядку,

Часто делаешь зарядку?

Спортом занимаешься?

Водой обливаешься?

**Баба-Яга:** Нет! Спортом-то, ребята, я не увлекалась никогда!

**Айболит:** Ребята, перед нами типичный случай, и мы сможем Яге помочь, мы научим ее вести здоровый образ жизни! Яга, все твои неприятности от того, что ты ведешь неправильный образ жизни, и если ты будешь продолжать, то можешь оказаться в больнице.

**Баба Яга:** Ой, я не хочу в больницу! Я хочу вести здоровый образ жизни, только я не знаю, что это такое! Научите меня!

**Айболит:** Ну что ж, начнем!

**Баба Яга:** Рябятки у меня в избушке завалилися игрушки. Я хоть и старенькая, а играть страсть, как люблю. А теперь, мои рябятки, отгадайте-ка загадку:

Круглый, мягкий, полосатый,

Нравится он всем ребятам.

Может долго он скакать

И совсем не уставать!

**Дети:** Мяч!

**Ведущий:** Бабушка Яга, а ты знаешь какой это полезный предмет? Ведь с мячом можно выполнять различные упражнения и даже соревноваться. И не случайно ты, наверное, к нам попала именно в этот день. У наших ребят соревнования. Они нам покажут какие они сильные и ловкие, а ты посмотри и поучись.

**Айболит:** С вами буду я играть,  
Правил чур не нарушать.  
Травму чтоб не получить  
Аккуратным надо быть.

**Ведущий:** Делу время – час забаве.

Команда первая – направо. Тут вторая становись.

**Игра № 1 «Передай мяч»:** дети строятся в колонну друг за другом и передают мяч над головой.

**Игра № 2 «Первый, второй»:** в каждой команде первый ребенок – берет корзину с кубиками, бежит до ориентира и высыпает кубики, а затем возвращается и передает корзину следующему игроку – второму. Он должен добежать до ориентира, собрать кубики и вернуться к команде.

**Игра № 3 «Полёт на метле»:** Ребенок садится верхом на метлу и бежит до ориентира, обегает его и возвращается к команде, передает метлу следующему игроку.

**Игра № 4 «Сквозь игольное ушко»:** участник бежит, добегают до ориентира, продевает через себя обруч, обегает его, возвращается обратно и передает эстафету.

**Ведущий:** Все команды хорошо сыграли, все сразу здоровее стали.

**Баба Яга:** Ой спасибо вам ребятки. Набегалась, напрыгалась и оздоровилась. Проживу теперь ещё лет 200.

Слыш Айболит. Уже сердце не болит. И спина то не скрипит.

**Айболит:** Ну, тогда бабуля Ягуля мы с тобой хотим поиграть в твою любимую игру.

**Подвижная игра «Баба Яга костяная нога»**

(дети и баба Яга стоят на противоположных сторонах, Яга догоняет)

Бабка-ёжка-костяная ножка.

Вышла на улицу увидала курицу,

Курица ко-ко-ко

Бабка-ёжка далеко.

А я вас догоню

Сразу в печку посажу. (играем 2 - 3 раза)

**Баба Яга:** Ой пошутила, пошутила.

В печку вас сажать не стану

Лучше яблочки достану.

Угощайтесь детвора

Здоровенькими будете

На долгие года.

(раздаёт яблоки)

**Ведущий:** вот и закончился наш праздник. Спасибо тебе Баба Яга за угощения и тебе доктор Айболит. (Гости прощаются и уходят).