

«Дошколята за здоровый образ жизни»

Сценарий спортивного мероприятия для детей старшего дошкольного возраста МБДОУ – д/с № 17 х. Гречаная балка 2023 г.

Автор: муз. рук. И.А. Сосидка.

Цель: приобщать детей вести здоровый образ жизни.

Задачи:

1. Формировать интерес и потребность к занятиям физическими упражнениями.
2. Развивать общение и взаимодействие ребёнка с взрослыми и сверстниками.
3. Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость.
4. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.
5. Продолжать формировать у детей навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки.

Оборудование: мешочки с песком; 2 мяча резиновых средних; 6 обручей; 2 эстафетные палочки; цветные кубики (по количеству детей); кегли.

Ход мероприятия:

Ведущая: Все знают, что спорт – это сила, выносливость, закалка, ловкость. И сегодня в нашем детском саду будет проходить Международный День здоровья. Во всём мире люди показывают, как они заботятся о своём здоровье и привлекают других к этому важному делу. Кто желает принять в нём участие? *(Ответы детей)*. Замечательно. Сейчас, ребята, вы сможете показать, как умеете заботиться о своём здоровье. Итак, наше мероприятие начинается. Чтобы быть умелыми, сильными и смелыми, с болезнями не знаться...

Дети: Нужно спортом заниматься!

Ведущая: А ещё скажу вам я, есть пословица одна: «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!» Давайте повторим это! *(Дети повторяют)*.

(Раздаётся стук в дверь).

Ведущая: Кажется, кто-то пожаловал к нам в гости. Кто же это? Давайте посмотрим.

(Дети хлопают в ладоши. Под музыку входит Доктор Неболейка).

Доктор: Здравствуйте, мои маленькие друзья! Отгадайте, кто же я? *(Ответы детей).*

Доктор: Почти угадали. Я – доктор Неболейка. Скажите мне, только честно, вы все здоровы? А то я могу вас вылечить. *(Ответы детей).* Я очень рад, что вы здоровы. А чтобы не болеть, что нужно делать? *(Ответы детей).* Верно. Правильно питаться, закаляться, заниматься физкультурой и спортом.

Ведущая: Доктор, а мы с ребятами как раз собрались заниматься спортом.

Доктор: Да вы что, так я пришёл вовремя? Ну что ж, посмотрю, как у вас это получается.

(Из-за двери раздаются крики: Ой-ой-ой! Помогите! Под музыку появляется Гномик, он держится за живот. В руке у него сладости (большая конфета)).

Доктор: Гномик, что с тобой, почему ты держишься за живот?

(Доктор усаживает его на стул, осматривает, слушает).

Доктор: Ребята, ничего не понимаю, что с Гномиком не так. Может вы мне объясните, что случилось? *(Ответы детей).* Ах, вот в чём дело! Конечно, Гномик, у тебя болит живот, потому что ты ешь много сладостей. А так нельзя. Верно, ребята? *(Ответы детей).* Сейчас я дам тебе таблетку, ты её съешь и больше не будешь объедаться сладостями. Договорились?

Гномик: Спасибо, доктор! Спасибо, ребята! Мне стало намного лучше, живот уже не болит. А что это вы тут все делаете?

Ведущая: А у нас спортивное мероприятие. Ребята будут показывать свою силу, ловкость быстроту.

Гномик: Как интересно. А можно мне тоже поучаствовать?

Ведущая: Конечно, можно. Ребята, вы же не против, чтобы Гномик с нами поиграл? *(Ответы детей).*

Доктор: Гномик, а ты знаешь, что нужно делать, чтобы быть здоровым? Вот, ребята наши всё знают.

Гномик: Конечно, знаю. Да ничего не надо делать, нужно просто лежать на диване, смотреть мультики.

Ведущая: Ребята, Гномик правильно говорит? *(Ответы детей)*. Конечно, нет. Давайте расскажем ему, что помогает нам быть здоровыми? С чего мы начинаем свой день в детском саду? *(Ответы детей)*. Конечно, с зарядки.

«Зарядка под музыку»

Ведущая: Ну, что, Гномик, тебе понравилось делать зарядку?

Гномик: Очень! Я так хорошо себя чувствую. Сил прибавилось, настроение улучшилось.

Доктор: Я так рад за всех вас. Согласитесь, это так прекрасно быть здоровым? *(Ответы детей)*.

Гномик: И я очень рад быть здоровым. А ещё я рад, что нашёл себе новых друзей. Давайте все вместе потанцуем.

Танец «Буги-вуги»

Ведущая: Если хочешь быть умелым, ловким, быстрым, сильным, смелым. Научись любить скакалки, мячик, обручи и палки, Никогда не унывай, мячами в цели попадай! Вот здоровья в чём секрет! Будь здоров! Физкульт...

Дети: Привет!

Ведущая: Ребята, я предлагаю вам упражнения на разминку со сменой движений.

«Спортивные упражнения по кругу»

(Ходьба друг за другом, легкий бег по кругу, ходьба на внешней стороне стоп, ходьба на носках, ноги прямые, руки поднять вверх, ходьба с высоким подниманием колен и т.д.)

Доктор: Все молодцы! И ты, Гномик, тоже очень старался.

Ведущая: А сейчас я предлагаю всем участникам соревнования построиться в две колонны. Начинаем наши соревнования.

1 эстафета «Кто лучше прыгает»

Ведущая: Ребята, вы должны будете прыгают на двух ногах из обруча в обруч и передать эстафету следующему.

2 эстафета «С мячом»

Доктор: Ребята, вы игры с мячом любите? *(Ответы детей)*. Замечательно. Сейчас представители команд получают по мячу. Играющие, зажав мяч между ногами, должны допрыгать до кубика, не уронив мяч, вернуться обратно. Выигрывает та команда, которая первая закончит эстафету. Всем понятно? Тогда, на старт! Внимание! Начали!

3 эстафета «Самый аккуратный»

Ведущая: Чтобы победить в следующей эстафете, придётся очень постараться. Нужно пронести мешочек на голове (при этом выпрямив спину) до ориентира (кубика), взять его в руку и бегом вернуться, передать эстафету.

4 эстафета «Самый ловкий»

Доктор: Ну, а с этим заданием, я уверен, вы все легко справитесь. Необходимо добежать до обруча, одеть его сверху - вниз и передать обруч следующему.

5 эстафета «Кто быстрее?»

Ведущая: И заключительная эстафета. Каждый участник команды добегают до флажка, оббегает его, затем бежит назад и передаёт эстафетную палочку следующему участнику. Кто быстрее?

Ведущая: Ребята, вы все большие молодцы!

Доктор: Согласен. Я убедился, какие вы сильные, ловкие, быстрые. Надеюсь, вы и дальше будете дружить со спортом.

Гномик: Я тоже буду дружить со спортом и перестану есть сладости. Обещаю!

Ведущая: Спасибо, доктор Неболейка и Гномик за то, что приняли участие в нашем мероприятии! Приходите к нам ещё.

Доктор: Обязательно придём. Вы – такие замечательные ребята. Желаю вам всего самого наилучшего. Главное, никогда не болейте, ведите здоровый образ жизни!