

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №5 р.п. Тамала**

**Спортивный праздник «Будь здоров»  
для детей старшего дошкольного  
возраста.**

**Воспитатель:  
первой квалификационной категории  
Попкова Ю.Н.**

## «Быть здоровыми хотим!»

**Цель:** Закреплять культурно-гигиенические навыки у детей, приобщать детей к занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

- Воспитывать аккуратность, чувство взаимопомощи;
- Развивать двигательные навыки
- Выполнять физические упражнения слажено, дружно;
- Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах
- Способствовать у детей чувству удовлетворения от двигательных заданий;
- Создать радостное эмоциональное настроение.

**Методы и приёмы:** Игровой, наглядный, словесная, дидактическая игра, использование художественной литературы .

**Материал и оборудование:** картинки с изображением видов спорта, атрибуты для эстафет (малые и большие мячи, конусы, ложки, обручи), маски животных, птиц, муляжи фруктов и овощей, предметы гигиены (мыло, расчёска, зубная паста, мочалка, полотенце).

### **Ход праздника:**

#### **Дети входят в зал под музыку**

**Ведущий.** Здравствуйте, ребята. Сегодня в нашем детском саду праздник «День здоровья» и девиз этого праздника: «Мы здоровью скажем - Да! ». И это значит что сегодня мы вместе будем учиться беречь и укреплять здоровье. Потому, что хорошее здоровье – это богатство человека. А накапливается оно с детства.

#### **Ребёнок.**

Праздник спорта здоровья,

Начинается у нас.

Солнце, солнце, ярче грей,

Будет праздник веселей!

## *Коммуникативная игра «Пяточка, носочек»*

### **Ведущий.**

Ребята! Вас сегодня ждут сюрпризы,  
Будут игры, будет смех,  
И веселые забавы приготовлены для всех.

*Звучит песня «Физкульт-Ура!».*

*Дети идут по кругу, затем садятся на стульчики.*

**Ведущий.** Ребята, а что нам помогает быть здоровыми? (Ответы детей)

Правильно, физкультура и спорт. Спортом заниматься очень важно, так как люди становятся здоровее и сильнее. А кто-нибудь знает стихотворения про спорт?

### **Ребёнок 1**

Спорт ребятам, очень нужен, мы со спортом крепко дружим,  
Спорт-помощник, спорт – здоровье, спорт - игра, Физкульт-Ура!

### **Ребёнок2**

В мире нет рецепта лучше-  
Будь со спортом неразлучен.  
Проживёшь 100 лет.  
Вот и весь секрет.

**Ведущий:** Молодцы! Ребята, а виды спорта вы знаете? (Ответы детей)

Видов спорта много есть,  
Даже всех не перечесать.  
Будем мы сейчас  
играть,  
Виды спорта называть.

## *Игра «Виды спорта»*

*Ведущий демонстрирует картинки различных видов спорта, а дети их называют и показывают соответствующие движения..*



*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!

*Под музыку заходит Айболит, танцует.*

**Айболит.** Здравствуйте, ребята. Я тут мимо пробежал, шум какой-то услышал. А что у вас случилось? Неужели кто-то заболел?



**Ведущий.** Нет, у нас никто не заболел. Просто детский сад отмечает День здоровья.

**Айболит.**

«Сад» - понятно, это место,  
Где деревья все растут.  
Почему же сад вдруг «детский»?  
Почему ребята тут?

**Ведущий.**

Чтобы было интересней,

На вопрос ответим песней.  
Айболиту мы споем,  
Как мы в садике живем.



*Исполняется песня «Детский сад» (муз. А. Филиппенко, сл. Т. Волгиной).*



**Айболит.**

Вот теперь мне все  
понятно.

Рад за вас я от души,

А знакома вам зарядка,

Дорогие малыши?

**Дети.** Да!



**Айболит.**

Молодцы, вопрос второй

Будет посложнее:

Кто звериную зарядку показать сумеет?

**Ведущий.**

Ребята наши все умеют,

Вот посмотри «Зверобику»

*В зал вбегают дети в масках зверей и птиц, поют и танцуют.*



*Исполняется песня «Зверобика»  
(сл. А. Хаита и К. Левенчука,  
муз. Б. Савельева).*

**Айболит.** Ребята, а вы знаете, что нужно делать, чтобы быть здоровыми?

**Дети.** Да!

**Айболит.** Тогда отгадайте загадки. Я начну, а вы закончите. Дружно хором отвечайте.



- Чтоб здоровым, чистым быть, нужно руки ...  
(с мылом мыть)
- Здоровье в порядке, спасибо... (зарядке)
- Ежедневно закаляйся, водой холодной...  
(обливайся)
- Защититься от ангины нам помогут...  
(витамины)
- Не болеет только тот, кто здоров и любит  
...(спорт)

Молодцы! А вы, ребята, любите заниматься спортом? (Ответы детей).

Значит вы сильные и ловкие. А давайте посмотрим, какие вы ловкие и смелые - проведём спортивные соревнования.

### Эстафеты

#### **1. Эстафета «Не урони мяч!»**

Дети делятся на команды. Необходимо перенести маленький мяч в ложке, пробежав между конусами, далее по массажным коврикам и обратно по прямой линии.



## 2. Эстафета «Попрыгунчики»

Дети делятся на команды, им необходимо зажать мяч между коленей и допрыгать до ориентира, назад бегом до старта по прямой линии



## 3. Эстафета «Мы быстрые!»



Дети делятся на команды, по сигналу воспитателя берут мяч в руки, бегут между кеглей, кладут мяч в обруч, возвращаются назад по прямой линии. Следующий бежит берёт мяч .

**Айболит.** Ребята, а вы любите чистоту, порядок, умываться, чистить зубы, делать зарядку? А ещё надо любить холодную

воду - она закаляет ваше тело и ваш дух.

**Дети:** Да.

**Айболит.** Молодец! А Вы ребята запомнили, что нужно делать, чтобы быть здоровыми?

**Дети:** Да.

**Айболит.** Каждый твёрдо должен знать, как здоровье сохранять.

**Ребёнок 1.** Нужно правильно питаться.

**Ребёнок 2.** Физкультурой заниматься.

**Ребёнок 3.** Руки мыть перед едой,

**Ребёнок 4.** Зубы чистить, закаляться

**Ребёнок 5.** И всегда дружить с водой!

**Проводится музыкальная разминка «Солнышко лучистое»**



## Список литературы

1. Волошина, Л. Н. Организация здоровьесберегающего пространства [Текст]/Л. Н. Волошина // Дошкольное воспитание. - 2004. - №1. - С.114-117.
2. Змановский, Ю. Ф. Воспитаем детей здоровыми [Текст]/ Ю. Ф. Змановский. - М.: Медицина, 1989. - 128 с.
3. Змановский, Ю. Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях [Текст]/ Ю. Ф. Змановский// Дошкольное воспитание. – 1993. - № 9. - С. 23-25.
4. Змановский, Ю. Ф. Здоровый дошкольник [Текст]/ Ю. Ф. Змановский // Дошкольное воспитание. - 1995. - № 6. - С. 11-17.
5. Шушакова, Е. Ю. Праздничные сценарии для детского сада [Текст]/ Е. Ю. Шушакова. - М.:Айрис – пресс, 2008. – 105 с.