Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 61 «Гномик» г. Балаково Саратовской области

***Сценарий спортивного развлечения***

***для детей 6-7 лет***

***ТЕМА: «В здоровом теле-здоровый дух»***

Муравьева Юлия Валерьевна,

воспитатель.

**Спортивное развлечение** «**В здоровом теле-здоровый дух».**

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

**Задачи:**

Образовательные: формировать навыки здорового образа жизни;

Развивающие: развивать физические качества личности-быстроту, ловкость, выносливость, подвижность.

Воспитательные: воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

**Сюрпризный момент:** Витаминка.

**Ход развлечения:**

**Воспитатель:**

Чтобы быть всегда здоровым,

Нужно бегать и скакать.

Больше спортом заниматься,

И здоровым не скучать*.*

**Воспитатель:**

Дорогие ребята! Сегодня вы попали в страну Здоровья. В этой стране все люди занимаются спортом и физкультурой. Я предлагаю вам окунуться в развлечения, веселье и баловство, а также зарядиться бодростью и хорошим настроением. *(Приложение 1)*

*Стук в дверь. Заходит герой Витаминка*

**Витаминка:** Здравствуйте, ловкие мальчишки и задорные девчонки. Я полезная Витаминка. Я приглашаю вас отправиться в увлекательное путешествие в «Страну Здоровья». Но чтобы туда попасть нужно быть ловкими, умными, а самое главное – здоровыми. Кто хочет быть здоровыми? А вы знаете, что такое здоровье? (ответы детей). Здоровье – это сила, красота, когда настроение хорошее и всё получается.

**Витаминка:** А что нужно делать, чтобы не болеть? (ответы детей) Правильно, нужно заниматься физкультурой, делать по утрам зарядку, закаляться, правильно питаться, соблюдать режим дня, следить за чистотой и употреблять в пищу витамины. А теперь пора проверить, какие вы ловкие да быстрые.

**Игра «Вот какие мы ловкие и быстрые»**

Дети собирают разбросанные мячи и относят в корзину, преодолевая полосу препятствий. (Ходьба по ребристой доске, прыжки по кочкам, из обруча в обруч, подлезания под дугами). Подходят к корзине и кладут мячи, возвращаясь за новыми мячами. (*Звучит веселая музыка*).

**Витаминка:** Молодцы!!!Какие вы, спортивные, ловкие. Не одна болезнь нас не одолеет!

Ребята, а вы умеете разгадывать загадки? (ответы детей) А вот мы сейчас и проверим, какие вы умные.

1.Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья-

Очень важен (*режим дня*).

2.Чтобы сил тебе хватило

Бегать, прыгать и играть,

В самый полдень на кроватку нужно лечь и отдыхать.

Это значит, что у нас

По режиму (*тихий час).*

3.Горяча и холодна.

Я всегда тебе нужна.

Позовешь меня -бегу,

От болезней берегу (*вода*).

Витаминка: Какие молодцы, все мои загадки отгадали. А сейчас мы с вами проведем игру на внимание!

**Игра «Охотники и зайцы»**

Содержание игры:

выбирается охотник, остальные дети – зайцы. На одной стороне площадки отводится место для охотника, на другой дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе. Зайцы выпрыгивают на двух ногах на право или налево, поочерёдно в разных направлениях.

По сигналу: «Охотник!» - зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мяч. Те в кого он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом. *(Приложение 2)*

**Витаминка:**

Мы немного подвигались – это уже хорошо для нашего с вами здоровья.

Ребята, давайте немного отдохнем! Вы, подумайте и скажите, что ещё очень важно и необходимо для нашего организма? Подскажу вам – они живут в разных продуктах питания и растениях. *Ответы детей.*

**Воспитатель:**

Правильно – это витамины. А какие витамины знаете вы? И где они живут? *Ответы детей.* Давайте поиграем в игру «Полезные и вредные продукты»

**Эстафета «Полезные и вредные продукты»**

Участники выстраиваются в две команды. Перед каждой командой стоит корзина с полезными и вредными продуктами. Первый участник берет один из продуктов и бежит до ориентира, где стоят две корзины со знаком «+» и «». В корзину со знаком «+» кладут полезные со знаком «-» вредные. И так до тех пор, пока участники не рассортируют все продукты.

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите друг на друга. Ничего не заметили? А я заметила перемены в вашем настроении. Как вы думаете почему у вас сверкают глазки? Почему? Появилась добрая улыбка? Какое настроение сейчас у вас? Скажите, а хорошее настроение влияет на наше здоровье? *Ответы детей.*

**Воспитатель:** Ребята, давайте наше хорошее настроение сохраним и поделимся своим настроением друг с другом.

**Подвижная игра «Обнимись и улыбнись»**

Под музыку дети свободно перемещаются по залу. По окончанию музыки находят себе любую пару и, улыбаясь, обнимают друг друга. Игра повторяется 3-4 раза. *(Приложение 3)*

**Витаминка:**

Хорошо! Теперь вы знаете, чтобы быть здоровым, не надо пить таблетки и касторку. Нужно спортом заниматься и правильно питаться. Очень с вами мне было весело, но мне пора в дорогу! Пойду в гости к другим ребятам посмотрю, ведут ли они здоровый образ жизни. А вам желаю не болеть, продолжать заниматься спортом, закаляться, чаще улыбаться и быть в хорошем настроении. Тогда никакие болезни вам не будут страшны.

Витаминка раздает витамины, прощается и уходит.

**Воспитатель:**

Чтоб здоровье сохранить.

Научись его ценить!

Я желаю вам, ребята,

Быть здоровыми всегда.

Но добиться результата

Невозможно без труда.

Постарайтесь не лениться-

Каждый раз перед едой,

Прежде, чем за стол садиться,

Руки вымойте водой.

И зарядкой занимайтесь

Ежедневно по утрам.

И, конечно, закаляйтесь-

Это так поможет вам!

Свежим воздухом дышите

По возможности всегда,

На прогулки в лес ходите,

Он вам силы даст, друзья!

Мы открыли вам секреты.

Как здоровье сохранить,

Выполняйте все советы,

И легко вам будет жить!

***ПРИЛОЖЕНИЯ***

***Приложение 1***



***Приложение 2***



***Приложение 3***

