

**СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК К ДНЮ ЗДОРОВЬЯ**  
**«ВМЕСТЕ С ПАПОЙ, ВМЕСТЕ С МАМОЙ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ ХОТИМ!»**  
(для детей старшего дошкольного возраста)



**Цель:** воспитывать у детей потребность в здоровом образе жизни, ответственность за своё здоровье, воспитывать сплочение коллектива.

**Задачи:**

Образовательная область «Здоровье»

1. Закреплять знания детей о пользе занятий физическими упражнениями.
2. Воспитывать желание заботиться о своём здоровье и вести здоровый образ жизни.

Образовательная область «Физическая культура»

1. Развивать физические качества (ловкость, силу, выносливость, координацию в упражнениях, бега, прыжках) .
2. Закрепить правила подвижных игр.

Образовательная область «Социализация»

1. Развивать волевые качества.
2. Продолжать воспитывать дружеские взаимоотношения.

Интегративные качества:

Формировать у детей активность, любознательность, отзывчивость, умение управлять своим поведением в коллективе.

Предварительная работа инструктора по физической культуре: составление и разучивание сценария, оформление зала, подбор музыкального сопровождения, подбор игр и эстафет, спортивного инвентаря.

Предварительная работа с детьми: разучивание основных видов движений, стихотворений. Беседа о правилах личной гигиены. Просмотр видеоматериала и мультфильмов по соответствующей теме.

**Оборудование и атрибуты:**

Спортивный зал празднично оформлен (тематические плакаты, воздушные шары); покрывало – 2 шт.; ракетка для тенниса – 2 шт.; мяч теннисный – 14 шт.; мяч большого диаметра – 1 шт.; корзина – 4 шт.; корзина для метания – 2 шт.; мяч малого диаметра – 12 шт.; ориентир – 2 шт.

## ХОД СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА

*(под песню «Спортивная семья» дети и родители заходят в спортивный зал)*

Ведущий: Здравствуйте, ребята и уважаемые родители! Сегодня у нас с вами необычный день. Вы знаете какой?

Дети: Да! Сегодня день здоровья!

Ведущий: Совершенно верно. Сегодня Всемирный день здоровья! Отмечается этот день ежегодно 7 апреля в день создания в 1948 году Всемирной организации здравоохранения. За время, прошедшее с того исторического момента, членами этой организации стали 194 государства мира. Ежегодное проведение дня здоровья вошло в традицию с 1950 года. Все мероприятия в этот день проводятся для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни. Вот и наш сегодня праздник «Вместе с папой, вместе с мамой быть здоровыми хотим!» пройдет под девизом: «Дружно, смело, с оптимизмом – за здоровый образ жизни!» Здоровье – одно из самых главных ценностей в человеческой жизни.

Ребята, ответьте на вопрос: «Какого человека можно назвать здоровым?»

*(ответы детей)*

Ведущий: Правильно. Каждый с юных лет должен заботиться о своём здоровье, знать о личной гигиене, уметь оказывать первую помощь до приезда врачей скорой помощи, и о том, как не навредить своему организму.

Я расскажу вам одну печальную историю о мальчике Вите. Её написал Сергей Михалков. Жил на свете мальчик Витя, он ничего не знал ни о сильном, закалённом дяде Стёпе, ни об Олимпийских чемпионах. А как он выглядел, вам сейчас расскажут дети подготовительной группы.

*(дети подготовительной к школе группе читают стихотворение «Про мимозу» С. Михалкова)*

1. Это кто накрыт в кровати

Одеялами на вате?

Кто лежит на трех подушках

Перед столиком с едой

И, одевшись еле-еле,

Не убрав своей постели,

Осторожно моет щеки

Кипяченою водой?

Это, верно, дряхлый дед

Ста четырнадцати лет?

Ведущий: Нет!

2. Кто, набив пирожным рот,

Говорит: - А где компот?

Дайте то,

Подайте это,

Сделайте наоборот!

Это, верно, инвалид

Говорит?

Ведущий: Нет!

**3. Кто же это?**

Почему

Тащат валенки ему,  
Меховые рукавицы,  
Чтобы мог он руки греть,  
Чтоб не мог он простудиться  
И от гриппа умереть,  
Если солнце светит с неба,  
Если снег полгода не был?  
Может, он на полюс едет,  
Где во льдах живут медведи?

Ведущий: Нет!

**4. Хорошенько посмотрите -**

Это просто мальчик Витя,  
Мамин Витя,  
Папин Витя  
Из квартиры номер шесть.  
Это он лежит в кровати  
С одеялами на вате,  
Кроме плюшек и пирожных,  
Ничего не хочет есть.

Ведущий: Почему?

**5. А потому,**

Что только он глаза откроет,  
Ставят градусник ему,  
Обувают,  
Одевают  
И всегда, в любом часу,  
Что попросит - то несут.  
Если утром сладок сон -  
Целый день в кровати он.  
Если в тучах небосклон -  
Целый день в галошах он.

Ведущий: Почему?

**6. А потому,**

Что все прощается ему,  
И живет он в новом доме,  
Не готовый ни к чему.  
Ни к тому, чтоб стать пилотом,  
Быть отважным моряком,  
Чтоб лежать за пулеметом,  
Управлять грузовиком.  
Он растет, боясь мороза,  
У папы с мамой на виду,  
Как растение мимоза  
В ботаническом саду.

Ведущий: Вот какая ужасная история случилась с Витей. А с вами такое случиться не может?

Дети: Нет!

*(Неожиданно в зал входят «Ох» в валенках и шапке и «Ах» в спортивной форме.)*

Ох: Ох, как я устал! Ох, какой я больной! Ох, как мне холодно!

Ах: Ах, как хорошо! Ах, я, кажется, попал на праздник! Ах, как будет весело!

Ведущий: Кто вы? Как вас зовут?

Ах: Я – Ах!

Ох: Я – О-ох! *(Хватается за спину)* Ох, как болит!

Ведущий: Вот оно что! Вы Ох и Ах. Пришли к нам из мультфильма.

Ах: Ах, как хорошо!

Ох: Ох, я ударился! У меня бок болит! *(Ох падает, Ах пытается поднять его за ногу, потом тащит за руку).*

Ах: Да ты сядь, посмотри на детей, может и научишься как стать сильным и закаленным *(Ох садится).*

Ах: Послушай, Ох, что ты так закутался? Шапка, шарф, валенки. Ты почему не закаляешься?

Ох: Ох, простужусь!

Ах: А ну, снимай ушанку. Делай со мной зарядку. *(Показывает движения)* Раз-два! Раз-два! *(Ох неумело повторяет).*

Ведущий: Ребята! А может быть мы с вами покажем нашим новым друзьям, как правильно делать зарядку.

*(ребенок читает стихотворение «Про зарядку»)*

Ребёнок: Папу с мамой научи

По утрам, проснувшись,  
Телевизор не смотреть,  
Не включать компьютер.  
Быстро всем умыться нужно,  
Да зарядку сделать дружно.  
Вот тогда начнёте жить!  
Здорово здоровым быть!

Ведущий: На разминку становись!

*(проводится разминка с ленточками под песню «Солнечные зайчики»)*

Ах: Ну, как тебе разминочка!

Ох: Ох, и не думал, что это так здорово делать зарядку, даже жарко стало *(раздевается).*

Ах: *(обращается к ребятам)* А можно мы с вами останемся поиграть?

Дети: Да!

Ведущий: Ну, что ж, присоединяйтесь к нашим командам. Я предлагаю всем вместе отправимся в волшебную страну к самому весёлому другу всей детворы. А чтобы узнать, что это за друг, надо отгадать загадку: Догадайся кто такой?

Если бьешь его рукой,  
Он совсем не плачет,  
Только выше скачет.

Дети: Мяч!

Ведущий: Правильно, мяч. Мы с вами отправимся в волшебную страну «Весёлого мяча».

Ребёнок: Волшебная страна «Весёлого мяча»!

Здесь много смеха, радости, потех и озорства!  
В чудесную страну не каждый попадёт,

Лишь тот, кто любит спорт и в ногу с ним идёт!

Ведущий: Только вот незадача – эта страна находится не очень близко, как же нам туда добраться? Какой транспорт самый быстрый?

*(ответы детей)*

Ведущий: Мы с вами полетим. Отгадайте загадку, на каком транспорте средстве мы полетим:

В любое место он вас донесёт  
Куда пожелаете сами  
И вовсе не нужен ему пилот  
Ведь это волшебный ...

Дети: Ковёр-самолёт!

Ведущий: Правильно.

Почему-то все считают,  
Что ковры и не летают.  
Наш ковер не такой,  
Он летит всегда стрелой!

А вот вам и **первый конкурс – эстафета «Полетели»**

*(Две команды: в каждой по 4-е взрослых и по 4-е ребёнка. Взрослые держат по углам ковёр-самолёт (покрывало), дети каждой команды стоят в обруче; ребёнок садится на покрывало, а взрослые переносят его на противоположную сторону спортзала в другой обруч. Побеждает команда первая переправившая всех детей. Победителю вручается апельсин.)*

Получите витамин –  
Оранжевый апельсин.

Ведущий: Вот мы с вами и очутились в волшебной стране. Посмотрите сколько разных здесь мячей *(на полу лежат разные мячи)*. Сейчас мы и будем в них играть.

**Второй конкурс – эстафета «Пронеси – не урони»**

*(Две команды: в каждой по 2-а взрослых (папа стоит первый, мама последней) и 5-ть детей. В руке у первого члена команды ракетка для тенниса «эстафетная палочка». Рядом с командой стоит корзина с теннисными мячами. Надо взять из корзины теннисный мяч, положить его на ракетку и добежать до ориентира. Положить мяч в рядом стоящую корзину и вернуться к своей команде передав ракетку следующему участнику. Побеждает команда первая справившаяся с заданием. Победитель получает апельсин.)*

Ведущий: Какие молодцы наши участники, какие ловкие и быстрые. Пока наши участники отдохнут, мы с болельщиками поиграем в **игру «Мяч по кругу»**

Мы ничуть не унываем,  
В новую игру играем.  
Мяч по кругу покатился,  
А потом остановился.

*(От каждой команды по три болельщика становятся в круг. Под музыку передают мяч друг другу, как только музыка остановилась у кого в руках остался мяч, тот выбывает из игры. Команда, чей болельщик останется последний, дополнительно получает апельсин.)*

Ведущий: Ну, что команды отдохнули? Ещё один **конкурс** вас ждёт, называется **«Точный пас»**

*(Две команды: в каждой по 7-мь участников (один взрослый и 6-ть детей). В руках у папы корзина. Дети по-очереди бросают шары, а взрослый старается их*

*поймать. Побеждает команда забросившая большее количество шаров в корзину. Команда-победитель получает апельсин.)*

**Ведущий:** Молодцы наши папы, да и ребята тоже старались. Настал самый ответственный момент нашего праздника, заключительная эстафета **«Держи крепче – не зевай»**

*(Две команды: в каждой по 4-е взрослых (2-а папы и 2-е мамы) и по 4-е ребёнка. Эстафету начинают папы: держат мяч прижавшись друг к другу спинами. Добегают до ориентира и возвращаются обратно к командам. Передают мяч детям: держат мяч прижавшись друг к другу грудью и добегают до ориентира возвращаются обратно. Затем бегут мамы, держа мяч прижавшись головами друг к другу. Побеждает команда первая закончившая эстафету. Победителю вручается апельсин.)*

**Ведущий:** Подошли к концу наши игры в стране «Весёлого мяча». Пора возвращаться в детский сад. Присаживайтесь, ребята, на ковёр–самолет, он мигом вас доставит в любимый детский сад.

*(Дети располагаются на покрывалах, звучит музыка для релаксации)*

**Ведущий:** Вот мы и вернулись в детский сад. Давайте посмотрим, у какой команды больше всего апельсинов? Кто же сегодня оказался первым?

*(подведение итогов, вручение грамот)*

**Ах и Ох:** *(вместе)*

Мы глядим без удивленья на веселых дошколят.

Олимпийские ребята нынче ходят в детский сад!

Рано утром не ленитесь, на зарядку становитесь!

Помогают нам всегда солнце воздух и вода!

Крепла, чтоб мускулатура занимайтесь физкультурой!

До свидания, детвора! Всем привет! Физкульт – Ура!

*(Ах и Ох уходят)*

**Ведущий:** И в заключении нашего праздника ребята все вместе исполнят песню «Физкульт – ура!» *(музыка Ю. Чичкова, слова З. Петровой)*

Уважаемые, родители! Спасибо, что пришли на наш спортивный праздник и помните – здоровье детей в ваших руках. Всем ребятам мой привет и такое слово: Спорт любите с детских лет, будете здоровы! Ну-ка, дружно, детвора крикнем все: Физкульт – ура!

*(дети под музыку уходят в группы)*