

Сценарий
спортивного шоу
«День за днем мы здоровье бережем!»
(для подготовительных и старших групп)

Цель: создание веселого бодрого настроения, воспитание позитивного интереса к физкультуре и спорту, укрепление здоровья, пропаганда здорового образа жизни среди детей.

Спортивный зал ярко оформлен (шары, флажки, иллюстрации). Под веселую музыку входят дети и становятся в шеренгу.

Ведущий. Здравствуйте, ребята!

Со спортом нужно подружиться
Всем тем, кто с ним еще не дружен.
Поможет вам он всем взбодриться.
Он для здоровья очень нужен.
Ни для кого секрета нету,
Что может дать всем людям спорт.
Поможет всем он на планете
Добиться сказочных высот.

Вед. Начинаем наше спортивное ШОУ! Вы готовы? Сейчас проверим.

Проводится игра «Хлопай, когда нужно!». Ведущий читает стихотворение. Если после строчки дети согласны, то они дружно хлопают в ладоши. А если не согласны, - не хлопают.

- Кто утро начинает с зарядки?
 - У кого все вещи в порядке?
 - Кто ленится и долго спит?
 - Кто в телевизор до ночи глядит?
 - Кто любит спортом заниматься?
 - Кто любит бегать, закаляться?
 - Кому ходить на лыжах лень?
 - Кто кушать может целый день?
- Физкультура – это наш друг!
Спорт и здоровье рядом идут!

Ведущий. Теперь я вижу. Вы действительно готовы! А зимние забавы любите? Предлагаю позабавиться и повеселиться! Вставайте в круг и начнем!

Проводится подвижная игра «Зимние забавы» под веселую музыку (без слов)

Ход игры:

Мы бежим с тобой на лыжах, } (Дети изображают ходьбу на лыжах.)
Снег холодный лыжи лижет. }

А потом — на коньках покатали } (Дети изображают бег на коньках.)
И по гладкому льду мы скользили. }

А потом снежки лепили (Стоят, сжимают воображаемый снежок ладонями.)

И снежную крепость дружно бомбили (кидают снежки вперед - имитация).

Снежные комья катили (катят комки по кругу)

И снежную бабу лепили. (имитируют движение: ставят ком на ком).

А потом без сил упали (приседают).

И домой мы побежали. (бегут по кругу.)

Дети садятся на скамейки.

Входят Простуда и Насморкс.

Вед. Гуляла по свету злодейка Простуда,
Проникла к нам в сад неизвестно откуда...
Явилась к обеду без приглашенья,
Испортит всем нам сейчас настроенье.

Простуда. Ни с кем не советуясь, быстро и ловко,
Игру отложила вам и тренировку.
Вам всем пропишу лекарств и диет,
Лишу вас прогулок и сладких конфет!
Всем подниму температуру,-
Будете пить из аптеки микстуру.
Бабушку к ночи отправлю в поход,
В мороз добывать вам малину и мед!
А теперь разрешите познакомить вас с моим лучшим другом. Это мой верный
Насморкс.

Насморкс. Ну, что, друзья, пришел и я.
Вы рады видеть здесь меня?
Одену вас стильно: в пижамы, халаты,
Компрессы по моде - из марли и ваты.
Всем приготовлю для носа платки,
Болезнь и сморкаться будете вы!

Вед. А откуда вы взялись? Зачем вы пришли? Вас сюда никто не звал!

Насморкс. (смеется). А нас и не надо звать. Мы сами приходим туда, где не любят
закаляться, заниматься физкультурой и спортом.

Простуда. Вот-вот! А то выдумали, что полезно есть овощи и фрукты, делать
зарядку по утрам да еще после сна. Е-рун-да! По себе знаю. Мы любим, когда все
простывают, кашляют, болеют, ходят с температурой и насморком. Красота!

Насморкс. А вы снег кушать любите? (нет). Нет?! А я обожаю. Вкуснятина!
Холодный, грязный. Пальчики оближешь!

Простуда. А, может быть, вы любите облизывать сосульки? Это же настоящие леденцы! Тоже не любите? А зачем вы тогда вообще в детский сад ходите? Чему вас в детском саду учат?

Ответы детей: закаляться, гулять на улице, делать утреннюю гимнастику, играть в подвижные игры и др.

Насморкс. Вы еще скажите, что перед едой руки моете, а по утрам зубы чистите.

Простуда. Ты знаешь, мне кажется, что мы вовремя сюда пришли. Мы все поправим и исправим. Мы научим вас, как надо правильно болеть и простужаться.

Вед. А ведь вы ошиблись адресом! У вас ничего не получится. Правда, ребята?

- Друзья, вы хотите болеть?

- Хотите простужаться?

- Вы хотите быть здоровыми?

Простуда и Насморкс, если хотите остаться у нас в гостях, будьте воспитанными и не старайтесь учить наших ребят плохому. Договорились? А для начала отгадайте загадку:

Знает взрослый человек,

Знает даже маленький.

Чтоб зимою не болеть,

Надевают ...валенки (варианты ответов персонажей: вафельки, капельки, рогалики, сандалики)

Простуда. Ну, вы даете! Такая трудная загадка!

Насморкс. А вы сами знаете отгадку? Я пока думал, чуть ли не замерз.

Ведущий. Давайте, ребята, поможем. Какой ответ в загадке? (валенки). Наши ребята могут не только отгадывать загадки, но и в игры играть. Хотите с нами поучаствовать? Нам как раз валенки пригодятся!

Ведущий предлагает поиграть в игру «**Быстрые валенки**». Дети встают в круг. Им дается два валенка. Под музыку ребята передают друг другу валенки в одном направлении. Как только замолкает музыка, ребенок, у которого на данный момент остался валенок, выходит из игры. Если у игрока одновременно оказывается оба валенка, он тоже выбывает из игры. Игра проводится, пока не останется один игрок.

Ведущий. Давайте расскажем Простуде и Насморксу, как мы весело живем в детском саду и вовсе не хотим болеть!

Выходят дети и читают стихи.

1.Спорт нам плечи расправляет,

Силу, ловкость нам дает.

Он нам мышцы развивает,

На рекорды нас зовет!

2. Приходите на часок
В наш спортивный уголок.
Упражнения с друзьями
Выполняйте вместе с нами!
3. Мы дружные ребята,
Пришли мы в детский сад,
И каждый физкультурой
Заняться очень рад!
4. Физкультурой мы в саду
Много занимаемся
И зарядкой по утрам.
Крепнем, закаляемся!
5. Для здоровья важен спорт,
Чтоб болезням дать отпор.
Нужно спортом заниматься
И здоровым оставаться!
6. Мы зарядкой заниматься
Начинаем по утрам.
Пусть болезни нас боятся,
Пусть они не ходят к нам.
7. Всем известно, всем понятно,
Что здоровым быть приятно.
Только надо знать,
Как здоровым стать!

Простуда и Насморк (прижались друг к другу, дрожат и испуганно смотрят вокруг). Что творится? Как так получается? Мы стараемся, а этим детям хоть бы что!

Вед. Я вас предупреждала. Наши дети знают, что им делать, чтобы не болеть. И вам не советуем вредить своему здоровью. Ребята, подскажите Простуде и Насморксу, как сохранить бодрость, хорошее настроение, быть ловкими и здоровыми.

Простуда. Как много правил! Сколько всего надо делать! Я и не запомню!

Насморкс. И я тоже так разволновался, что все уже забыл.

Ведущий. Видите, у вас даже память плохая из-за того, что вы не дружите со спортом. Мы с ребятами подарим вам такие памятки-подсказки. Вы будете смотреть и стараться выполнять все наши советы. Договорились?

Простуда и Насморкс уходят.

Ведущий. Гости ушли, а наше шоу продолжается! Поиграем, ребята? Покажем, какие мы ловкие и быстрые?

Ведущий предлагает поиграть в игры-эстафеты. Дети делятся на 2 команды. Подсчет очков осуществляется с помощью колец, которые надеваются на кольцебросы.

1. **Игра-эстафета «Что нужно для здоровья?»**. В конце зала на столе лежат предметы различного предназначения (спортивный инвентарь, муляжи фруктов и овощей, отвертка, клещи, молоток, книги и др.) Дети поочередно подбегают к столу, выбирают нужный предмет, кладут его в ведерко и передают следующему игроку своей команде. Побеждает команда, которая заканчивает эстафету первой, не сделав ошибки в подборе необходимых атрибутов.
2. **Эстафета с препятствиями**. Перед каждой командой расположены: модульные тоннели, «следы» на полу, модульный цилиндр, который необходимо обежать. Для передачи эстафеты используется рюкзак. Игрок с рюкзаком за спиной преодолевает препятствия и, возвращаясь, передает его следующему участнику своей команды. Побеждает команда, которая первой закончит эстафету.





3. **Заключительная игра «Назовите виды спорта с мячом».** Командам предлагается назвать виды спорта, где используется мяч. Команды по очереди называют свои варианты. Кто больше назовет видов спорта, тот и побеждает.



Ведущий. Давайте подведем итоги. Итак, подсчитаем количество очков и определим сегодняшнего победителя.

Дети вместе со взрослыми подсчитывают количество колец команд и определяют победителя.

Ведущий. Победителя мы определили, но есть главный победитель для всех! Догадайтесь, о чем я говорю. Конечно, это наше здоровье!

Всем ребятам мой совет

И такое слово:

Спорт любите с малых лет —

Будете здоровы!

В мире нет рецепта лучше —

Будь со спортом неразлучен.

Сила и мышцы ваши растут,-

Спорт и здоровье рядом идут!

Спорт, ребята, очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт — здоровье и игра

Спорт — помощник,

Физкульт... ура!

Ведущий. Наше шоу спорта и здоровья подошел к концу. До новых встреч на спортивных площадках!